

**IMPLEMENTASI BIMBINGAN ROHANI DAN MENTAL  
DALAM MEMOTIVASI KETAATAN BERIBADAH (SHOLAT 5  
WAKTU DAN PUASA) BAGI ANGGOTA POLRI MUSLIM DI  
POLRESTA BANDAR LAMPUNG**

**PROPOSAL**

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi  
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar S1  
Dalam Ilmu Dakwah

**OLEH:**  
**DIAN CIPTA DINANTI**  
**NPM. 1541040101**

**Jurusan :Bimbingan Konseling Islam ( BKI )**



**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
RADEN INTAN LAMPUNG  
1439 H/2018 M**

**IMPLEMENTASI BIMBINGAN ROHANI DAN MENTAL  
DALAM MEMOTIVASI KETAATAN BERIBADAH (SHOLAT 5  
WAKTU DAN PUASA) BAGI ANGGOTA POLRI MUSLIM DI  
POLRESTA BANDAR LAMPUNG**

**PROPOSAL**

**Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas Dan Memenuhi Syarat-Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial Islam (S.Sos)  
Dalam Ilmu Dakwah**

**Oleh :**

**DIAN CIPTA DINANTI  
NPM: 1541040101**

**Jurusan: Bimbingan Dan Konseling Islam (BKI)**

**Pembimbing 1 : Dr. H. Rosidi, MA  
Pembimbing II : Mubasit, S. Ag, MM**

**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGRI RADEN INTAN LAMPUNG  
1440 H/ 2019M**

## **ABSTRAK**

Judul ini dilatar belakangi pentingnya ibadah bagi seorang anggota polisi yang dapat dihubungkan dengan perilaku dan kinerja yang dilakukannya. Seiring peningkatan ibadah akan mempunyai nilai lebih dalam pelaksanaan tugasnya. Dengan demikian, memberikan motivasi bagi anggota polisi untuk meningkatkan ibadah merupakan hal yang sangat penting. Apalagi apabila dikaitkan dengan “stigma negatif” anggota Polri di masyarakat, stigma ini didasarkan pada perilaku sebagian anggota polisi yang seringkali memungut pungutan liar kepada pelanggar lalu lintas dan kegiatan menyimpang lainnya.

Tujuan dari penelitian ini adalah pertama, Untuk mengetahui pelaksanaan Bimbingan Rohani yang diberikan oleh Bimbingan Rohani dan Mental Polresta Bandar Lampung, kedua, Untuk mengetahui hasil dari pelaksanaan Bimbingan Rohani dan Mental dalam memotivasi ketaatan beribadah bagi anggota Polri di Polresta Bandar Lampung. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif.

Populasi dari penelitian penulis yaitu 113 orang polri muslim dan sampel yang penulis ambil adalah 13 orang terdiri dari 10 orang anggota polantas dari 5 Pos Polisi dan 1 pengurus bimbingan rohani, 1 pembina dan 1 orang ketua pelaksana Bimbingan Rohani dan Mental. Dalam mengumpulkan data penulis menggunakan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi. Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis. Analisis data menggunakan analisis deskriptif, yaitu menyajikan data dengan cara menggambarkan kenyataan sesuai dengan data yang diperoleh dari hasil penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, 1). Pelaksanaan Bimbingan Rohani dan Mental dilaksanakan setiap seminggu sekali pada hari Jum'at pagi setelah apel pukul 08.00-09.30 pelaksanaan bimbingan dan mental yang dilaksanakan yaitu melaksanakan sholat dhuha bersama, membaca yasin dilanjutkan dengan ceramah dengan materi sholat dan rukun-rukun sholat, sejarah nabi, rukun iman dan rukun islam, akhlakul kharimah. Dalam pelaksanaan bimbingan rohani dan mental ini dilaksanakan di Masjid At-Taqwa Bhayangkara Polresta Bandar Lampung dengan menggunakan metode secara langsung dan di bimbing oleh pembina oleh Ustadz yang memberi bimbingan rohani dan mental. 2). Hasil dari pelaksanaan bimbingan rohani dan mental yang dilaksanakan untuk anggota polri khususnya anggota polantas masih sangat minim, khususnya dalam ketaatan beribadah sholat 5 waktu dan puasa ramadhan jika dikaitkan dengan “stigma negatif” yang ada dimasyarakat masih ada beberapa anggota polantas yang melakukan perilaku menyimpang.

**Kata Kunci : Bimbingan Rohani, Mental dan Memotivasi Ketaatan**



## PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : IMPLEMENTASI BIMBINGAN ROHANI DAN MENTAL DALAM MEMOTIVASI KETAATAN BERIBADAH (SHOLAT 5 WAKTU DAN PUASA) BAGI ANGGOTA POLRI MUSLIM DI POLRESTA BANDAR LAMPUNG**

**Nama : DIAN CIPTA DINANTI**

**NPM : 1541040101**

**Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Islam**

**Fakultas : Dakwah dan Ilmu Komunikasi**

## MENYETUJUI

Untuk dimuaqosahkan dan dipertahankan dalam sidang munaqosah Fakultas Dakwah Dan Ilmu Komunikasi UIN Raden Intan Lampung

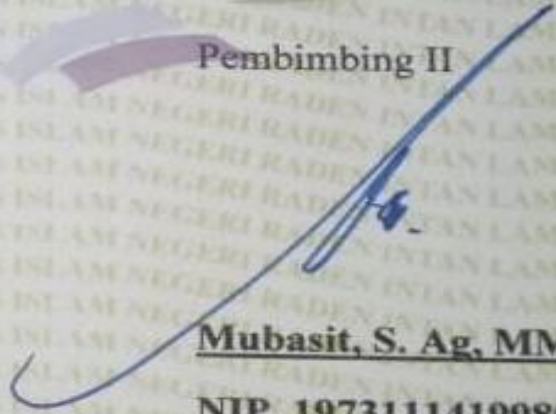
Bandar Lampung, Juli 2019

Pembimbing I

Pembimbing II

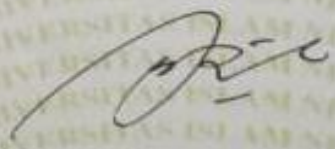
  
**Dr. H. Rosidi, MA**

**NIP.196503051994031005**

  
**Mubasit, S. Ag, MM**

**NIP. 197311141998031002**

Mengetahui  
Ketua Jurusan BKI

  
**Dr. Hj. Rini Setiawati, S.Ag. M. Sos. I**

**NIP. 197209211998032002**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS DAKWAH DAN ILMU KOMUNIKASI**

*Alamat : Jl. Let. Kol. H. Suratmin Sukarama Bandar Lampung Telp. (0721) 703289*

**PENGESAHAN**

Skripsi Dengan Judul : **"IMPLEMENTASI BIMBINGAN ROHANI DAN MENTAL  
DALAM MEMOTIVASI KETAATAN BERIBADAH  
(SHOLAT 5 WAKTU DAN PUASA) BAGI ANGGOTA  
POLRI MUSLIM DI POLRESTA BANDAR LAMPUNG"**

Disusun oleh : **Dian Cipta Dinanti**  
NPM : **1541040101**  
Jurusan : **Bimbingan dan Konseling Islam**

Telah Diujikan Dalam Sidang Munaqosah Pada Hari/Tanggal : **Senin, 29 Juli 2019**

**TIM DEWAN PENGUJI**

Ketua Sidang	: <b>Dr. Hj. Rini Setiawati, M.Sos.I</b>	(.....)
Sekretaris	: <b>Umi Aisyah, M.Pd.I</b>	(.....)
Penguji I	: <b>Prof. Dr. H. MA. Achlami HS, MA</b>	(.....)
Penguji II	: <b>Dr. H. Rosidi, MA</b>	(.....)



**DEKAN**

**Prof. Dr. H. Khomsahrial Romli, M. Si**  
**NIP. 196104091990031002**

## RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di simpang kampus 15 A Kota Metro pada tanggal 29 Agustus 1997 pukul 10.00 wib. merupakan putri pertama dari tiga bersaudara, pasangan suami istri Asadullah Assegaf dan Maryam Husen Binsyehabubakar. Adapun pendidikan yang telah ditempuh oleh penulis adalah :

1. TK Pondok Pesantren Daarul Ma'arif Natar (2001-2003)
2. MI Pondok Pesantren Daarul Ma'arif Natar (2003-2009)
3. MTs. Pondok Pesantren Daarul Ma'arif Natar (2009-2012)
4. MAN 1 Lampung Timur (2012-2015)

Pengalaman organisasi penulis pernah mengikuti kegiatan pramuka di MI, OSIS di MTs., Paskibra di MAN 1 Lampung Timur. Kemudian pada tahun 2015 penulis melanjutkan study di UIN Raden Intan Lampung pada fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi jurusan Bimbingan dan Konseling Islam dan menekuni beberapa kegiatan UKM Ekstra dan UKM Intra serta beberapa kegiatan pendukung lainnya.

Bandar Lampung, April 2019

Penulis

Soraya Assegaf

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur atas kehadiran Allah SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesainya proposal ini sebagai salah satu syarat dalam sidang proposal dalam meraih gelar Sarjana Sosial. Proposal yang berjudul **Bimbingan Kelompok Dalam Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Kasus Pelecehan Seksual di LPKA Kelas II Bandar Lampung.**

Saya menyadari bahwa dalam pembuatan proposal ini, melibatkan beberapa sumber masih banyak kekurangan. Penyusunan proposal ini tidak lepas dari dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan proposal ini.

Semoga Allah SWT selalu mencurahkan rahmat dan karunia-Nya serta keridhoan-Nya kepada kita semua, Penulis menyadari bahwa tugas proposal ini masih banyak memiliki kekurangan. Oleh karena itu segala saran dan kritik yang membangun, penulis harapkan untuk kemajuan masa-masa mendatang.

Harapan penulis semoga proposal ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan untuk pembaca umumnya, Amin.

Bandar Lampung, 5 Februari 2019

Penulis



## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Penegasan Judul**

Sebelum penulis menjelaskan secara keseluruhan isi proposal ini terlebih dahulu akan dijelaskan apa yang dimaksud dari judul proposal ini. Adapun judul proposal ini adalah “Bimbingan Kelompok Dalam Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Kasus Pelecehan Seksual Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandar Lampung”. Untuk memudahkan dalam memahami judul proposal ini maka perlu dijelaskan tentang pengertian dan maksud dari judul proposal ini.

Bimbingan Kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suatu kelompok. Gazha (1978) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok individu untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazha juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok di selenggarakan untuk memberikan informasi. Bantuan tersebut diberikan bertujuan untuk membantu individu dalam penyelesaian masalah yang dihadapinya. Dengan Demikian bahwa kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Prayitno dan erman anti. *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. (Jakarta: rineka cipta, 2008). h. 309.



Bimbingan kelompok adalah bimbingan yang diberikan oleh pembimbing kepada anggota kelompok berupa informasi-informasi yang bertujuan untuk pengembangan pemahaman diri dan pemahaman lingkungan, penyesuaian diri, sehingga dapat mencapai tujuan bersama dalam dinamika kelompok.

Jadi yang dimaksud dengan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan kelompok yang diberikan pembimbing atau konselor kepada remaja untuk membantu menyelesaikan masalah yang dihadapinya dalam dinamika kelompok. Dimana pembimbing/konselor sebagai fasilitator untuk kelancaran kegiatan bimbingan kelompok, masalah yang dihadapi merupakan masalah bersama sehingga dapat mengembangkan kemampuan para anggota untuk mandiri berdasarkan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat.

Rekonstruksi, menurut B.N Marbun rekonstruksi adalah pengembalian sesuatu ketempatnya yang semula, penyusunan atau gambaran kembali dari bahan-bahan yang ada dan disusun kembali sebagaimana adanya atau kejadian semua. Menurut James P. Chaplin Reconstruction merupakan penafsiran data psikoanalitis sedemikian rupa, untuk menjelaskan perkembangan pribadi yang telah terjadi, beserta makna materinya yang sekarang ada bagi individu yang bersangkutan.<sup>2</sup>

Kepercayaan diri, menurut Hygiene kepercayaan diri adalah penilaian yang relative tetap tentang diri sendiri, mengenai kemampuan, bakat, kepemimpinan, inisiatif, dan sifat-sifat lain, serta kondisi-kondisi yang mewarnai perasaan manusia. Sedangkan menurut Fatimah kepercayaan diri

---

<sup>2</sup> Tim Penyusun, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1995) h. 469.

merupakan sikap positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.<sup>3</sup> Orang yang percaya diri lebih mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, orang yang percaya diri biasanya akan lebih mudah berbaur dan beradaptasi dibandingkan dengan yang tidak percaya diri. Karena orang yang percaya diri memiliki pegangan kuat, mampu mengembangkan motivasi, ia juga sanggup belajar dan bekerja keras untuk kemajuan, serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalani.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat diuraikan bahwa rekonstruksi kepercayaan diri adalah pengembalian sesuatu berupa kepercayaan diri, yang sebelumnya sudah menurun atau hilang sifat kepercayaan diri yang dimiliki oleh remaja. Sehingga perlu dibantu untuk memulihkan kepercayaan diri remaja dengan suatu keyakinan individu segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan membantnya mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya dalam dinamika kelompok. Remaja yang percaya pada diri sendiri mampu mengatasi segala faktor-faktor dan situasi yang dialaminya. Tetapi sebaliknya remaja yang kurang percaya diri akan sangat peka terhadap berbagai macam situasi yang menekan. Maka diperlukan bimbingan atau dampingan kepada remaja untuk dapat mencapai sikap positif bahwa remaja tersebut memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif yang

---

<sup>3</sup> Tim Penyusun. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. (Jakarta: Balai Pustaka. 2005). h. 40.

baik terhadap dirinya maupun lingkungan dan situasi yang dihadapinya, bimbingan tersebut yaitu bimbingan kelompok.

Remaja istilah adolescence atau remaja berasal dari kata latin *adolescere* (kata bendanya, *adolescentia* yang berarti remaja) yang berarti “tumbuh” atau “tumbuh menjadi dewasa.” Bangsa primitive-demikian pula orang-orang zaman purbakala-memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode-periode dalam rentang kehidupan, anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. Menurut Piaget remaja seperti yang dipergunakan saat ini mempunyai arti yang lebih luas menyangkup kematangan mental, emosional, social, dan fisik.<sup>4</sup>

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap, dan nilai-nilai.

Pelecehan Seksual adalah segala bentuk perilaku yang melecehkan atau merendahkan yang berhubungan dengan dorongan seksual, yang merugikan atau membuat tidak senang pada orang yang dikenai perilaku itu. Dapat diartikan juga setiap perbuatan yang memaksa seseorang terlibat dalam suatu hubungan seksual atau menempatkan seseorang sebagai objek perhatian seksual yang tidak diinginkannya. Pada dasarnya perbuatan itu dipahami

---

<sup>4</sup> Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. (Jakarta: Erlangga, 1980). h. 206.



sebagai merendahkan dan menghinakan pihak yang dilecehkan sebagai manusia.

Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Kelas II Bandar Lampung. Lembaga Pemasyarakatan atau LAPAS merupakan tempat untuk melakukan pembinaan terhadap narapiana atau anak didik permasyarakatan di Indonesia. Pemasyarakatan Kementerian Hukum dan HAM merubah Lembaga Pemasyarakatan Anak (LAPAS ANAK) menjadi Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA).

Lembaga Pembinaan Khusus Anak Kelas II Bandar Lampung berlokasi di jalan Ikatan Saudara No. 39, Kecamatan Tagineneng, Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung 35363. LPKA Kelas II Bandar Lampung yang hanya satu-satunya di Lampung ini sudah mulai dibangun sejak tahun 2010 namun untuk peresmian baru dilakukan pada 17 Agustus 2012 dengan diresmikan oleh Menteri Hukum dan HAM dengan dilengkapi fasilitas yang ada di Lapas Anak sebelumnya hanya bisa menampung 96 orang namun kini sudah ada penambahan kamar dengan daya tamping mencapai 454 orang.<sup>5</sup>

Yang dimaksud dengan Remaja Kasus Pelecehan Seksual di LPKA Kelas II Bandar Lampung yaitu remaja berusia 14 tahun sampai 18 tahun yang menunjukan perilaku pelecehan seksual berupa pelanggaran seksual seperti menyentuh, merasakan, atau meraih secara paksa serta penyerangan seksual yang tidak pantas atau diinginkan oleh seseorang yang dapat merendahkan wanita. Dalam kasus ini pelecehan seksual yang dimaksud adalah pelecehan

---

<sup>5</sup> Auda Irwandi Putra Kasi Pembinaan, wawancara dengan penulis , LPKA Kelas II Bandar Lampung, Lampung, pada 24 April 2018.

seksual kategori pelanggar seksual yaitu pelanggaran seksual berat seperti menyentuh, merasakan, atau meraih secara paksa atau penyerangan seksual.

Berdasarkan uraian diatas, maka yang dimaksud dengan Bimbingan Kelompok Dalam Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Khusus Pelecehan Seksual Di LPKA Kelas II Bandar Lampung adalah suatu bantuan yang diberikan kepada remaja kasus pelecehan seksual yang kesulitan terhadap pengembalian kepercayaan diri yang menyangkut kehidupan masa kini dan masa mendatang. Dengan adanya Bimbingan Kelompok ini remaja tersebut akan muncul kembali kesadaran rasa kepercayaan diri, sikap dan tingkah laku percaya diri yang terorganisasi dalam sikap mental dari kepribadiannya di dalam kelompok.

## **B. Alasan Memilih Judul**

Penulis memilih judul proposal diatas dengan alasan sebagai berikut:

1. Karena peneliti tertarik atas usaha yang dilakukan Pendamping terhadap rekonstruksi kepercayaan diri remaja kasus pelecehan seksual dengan kegiatan Bimbingan Kelompok di LPKA Kelas II Bandar Lampung
2. Bimbingan Kelompok dalam rekonstruksi kepercayaan diri pada remaja di LPKA Kelas II Bandar Lampung perlu diteliti, mengingat LPKA hanya satu-satunya di wilayah Lampung sehingga peneliti ingin

mengetahui pengembalian kembali kepercayaan diri remaja dalam mengikuti bimbingan kelompok.

3. Mengingat judul yang diangkat penulis yang dibahas sangat relevan dengan ilmu atau jurusan yang penulis pelajari di jurusan Bimbingan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi, sehingga penulis dapat mengkaji permasalahan ini, mengingat waktu dan biaya masih bisa dijangkau serta literature dokumen yang mendukung penelitian.

### **C. Latar Belakang Masalah**

Akhir-akhir ini banyak diberitakan mengenai penyimpangan-penyimpangan yang dilakukan oleh remaja di Indonesia. Kekerasan seksual termasuk bentuk kekerasan paling menonjol sampai sejumlah kalangan menilai Indonesia berada dalam kondisi darurat kekerasan seksual. Seperti kasus kekerasan seksual yang menimpa pegawai pabrik ditanggerang berusia 18 tahun pada jumat, 13 Mei 2018. Atau remaja yang melakukan pemerkosaan kepada orang yang lebih tua atau lebih muda darinya. Begitu pula dengan adanya geng motor yang melakukan kebrutalan di tempat-tempat tertentu serta penjajak seks yang masih berusia belasan tahun. Kasus-kasus tersebut termasuk ke dalam kategori kenakalan remaja.

Dimana kenakalan remaja merupakan tindak perbuatan para remaja yang bertentangan dengan hukum, agama, dan norma-norma masyarakat sehingga



akibatnya dapat merugikan orang lain, mengganggu ketentraman umum dan juga merusak dirinya sendiri. Kenakalan remaja menurut Yesmil Anwar dan Adang (2010) dibagi menjadi tiga jenis, yaitu : kenakalan yang menimbulkan korban fisik pada orang lain seperti perkelahian, perkosaan, perampokan, pembunuhan dan lainnya; kenakalan yang menimbulkan korban materi seperti perusakan, pencurian, pencopetan, pemerasan, dan lainnya; kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban di pihak orang lain seperti pelacuran, penyalahgunaan obat terlarang, mengkonsumsi alkohol, dan lainnya.

Dr. Kartini Kartono (2002) menjelaskan bahwa, karakteristik pada remaja yang melakukan kenakalan remaja adalah remaja yang memiliki pemikiran yang jangka pendek, ketidakstabilan emosi, tidak mengenal norma kesusilaan dan tidak bertanggung jawab secara sosial, impulsif, tidak disiplin, dan tidak mampu mengontrol diri.

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Usia remaja dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu remaja awal sekitar usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun, dan remaja akhir sekitar usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun. Masa remaja paling banyak mengalami perubahan-perubahan yang meliputi segala kehidupan manusia, baik dalam segi jasmani, rohani, pola pikir, perasaan, dan perilaku sosial.

Komisi Nasional Perempuan Indonesia (2015) mengklasifikasikan, yaitu: perkosaan, intimidasi seksual termasuk anacaman atau perkosaan, pelecehan seksual, eksploitasi seksual, perdagangan perempuan untuk tujuan seksual, prostitusi paksa, perbudakan seksual, pemaksaan perkawinan, termasuk cerai

gantungan, pemaksaan kehamilan, pemaksaan aborsi, pemaksaan kontrasepsi dan sterilisasi, penyiksaan seksual, penghukuman tidak manusiawi, dan berduansa seksual, praktik tradisi bernuansa seksual yang membahayakan atau mendiskriminasi perempuan, dan kontrol seksual.

Sementara itu, pemerintah Indonesia berupaya memperberat hukum bagi pelaku kekerasan seksual terhadap anak yaitu selama 20 tahun serta memberikan hukuman tambahan berupa kebiri kimia, pemasangan chip, dan publikasi identitas pelaku.

Pelecehan seksual adalah perilaku yang terkait dengan pendekatan-pendekatan dengan seks yang tidak diinginkan, termasuk perilaku untuk melakukan seks, dan perilaku lainnya yang secara verbal ataupun fisik merujuk pada seks. Tingkah laku yang mendorong hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun dengan sesama jenis merupakan perilaku seksual. Objek seksual bisa berupa orang lain, orang dalam hayalan, atau diri sendiri.

Pelecehan seksual merupakan salah satu bentuk kejahatan seksual yang dilakukan oleh remaja. Pelecehan seksual merupakan segala macam bentuk perilaku yang berkonotasi atau mengarah kepada hal-hal seksual yang dilakukan secara sepihah dan tidak diharapkan oleh orang yang menjadi sasaran, sehingga menimbulkan reaksi negative, seperti malu, marah, benci, tersinggung dan sebagainya (UNESCO 2012). Pelecehan seksual dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori, (1) visual, seperti tatapan penuh nafsu, tatapan mengancam, gerak gerik yang bersifat seksual, (2) verbal seperti, siulan, gossip, gurawan seks, pernyataan yang bersifat mengancam, dan (3)

fisik seperti, sentuhan, mencubit, menepuk, menyenggol dengan sengaja, meremas, mendekatkan diri tanpa diinginkan.

Dalam proposal ini yang dimaksud dengan remaja kasus pelecehan seksual yaitu remaja berusia 14 tahun sampai 18 tahun yang menunjukkan perilaku pelecehan seksual berupa pelanggaran seksual seperti menyentuh, merasakan, atau meraih secara paksa serta penyerangan seksual yang tidak pantas atau diinginkan oleh seseorang yang dapat merendahkan wanita. Dalam kasus ini pelecehan yang dimaksud adalah pelecehan seksual kategori pelanggar seksual yaitu pelanggaran seksual berat seperti menyentuh, merasakan, atau meraih secara paksa atau penyerangan seksual.

Dorongan seksual yang muncul akan membentuk perilaku-perilaku. Perilaku seksual muncul dikontrol dengan nilai-nilai yang dimiliki oleh remaja. Nilai-nilai diperoleh melalui informasi dan lingkungan, baik sekolah, teman, keluarga, dan masyarakat (Kusmiran, 2012). Remaja yang tidak mempunyai pengetahuan tentang perilaku seksual akan menjadi salah satu penyebab pelecehan seksual (Vuadi, 2011). Green Beerg menjelaskan remaja mendapatkan informasi mengenai seks 21% diperoleh dari rumah, 15% dari sekolah, 28% dari media, seperti internet, majalah, dan film dan 40% dari teman sebaya (dalam Cahyo, Kurniawan dan Margawati, 2008).<sup>6</sup>

Pelecehan seksual yang dilakukan oleh remaja karena remaja mengalami kegagalan dalam memperoleh penghargaan dari masyarakat. Setelah itu

---

<sup>6</sup> “Masalah Seksual dalam Kalangan Remaja” (On-Line) tersedia di:  
[https://www.researchgate.net/publication/317105967\\_Masalah\\_Seksual\\_dalam\\_Kalangan\\_Remaja\\_dan\\_Penyelesaiannya](https://www.researchgate.net/publication/317105967_Masalah_Seksual_dalam_Kalangan_Remaja_dan_Penyelesaiannya) (6 Februari 2018)



mereka akan mengkompensasinya dengan tindakan lain yang seolah-olah membuat ia lebih berharga. Dari sinilah kemudian muncul penyalahgunaan obat-obatan, perkelahian, tawuran, yang dilakukan demi mendapatkan pengakuan dari lingkungan. Perilaku-perilaku yang dilakukan tersebut dalam kategori kenakalan remaja akan ditangani secara hukum. Remaja yang melakukan tindakan-tindakan yang digolongkan ke dalam kategori kenakalan remaja, menurut Santrock (1996)<sup>7</sup>, dipengaruhi oleh tiga faktor yaitu karena identitas negatif dimana adanya kegagalan dalam mengatasi identitas peran, memiliki orang tua yang jarang memantau anak, memberi sedikit dukungan, dan pasif dalam mendisiplinkan, serta bergaul dengan teman sebaya yang memberikan dampak buruk. Dalam mengetahui siapa dan apa dirinya ini terjadi proses interaksi dengan orang lain dengan memerlukan pengakuan dan penerimaan peran yang sedang ia jalani dari orang lain.

Dengan demikian remaja yang berada di LPKA Kelas II Bandar Lampung ini mengalami permasalahan dalam hidupnya salah satunya adalah permasalahan mengenai kepercayaan diri. Kepercayaan diri menurut dzakiah Darajat adalah percaya kepada diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil. Individu yang percaya pada diri sendiri dapat mengatasi segala faktor-faktor dan situasi yang dialaminya. Tapi sebaliknya orang yang kurang percaya diri akan sangat peka terhadap bermacam-macam situasi yang menekan.<sup>8</sup>

---

<sup>7</sup> *Ibid.*

Remaja yang bermasalah dengan hilangnya kepercayaan diri akan berakibat buruk untuk kehidupannya yang akan datang. Pelecehan seksual yang dilakukan oleh remaja karena remaja mengalami kegagalan dalam memperoleh penghargaan dari masyarakat. Setelah itu mereka akan mengkompensasinya dengan tindakan lain yang seolah-olah membuat ia lebih berharga. Sehingga perlu dilakukan pembinaan agar remaja tersebut dapat mengembalikan kembali kepercayaan yang sudah hilang akibat tidak terpuji yang sebelumnya telah dilakukan dan terjadi pada dirinya.

Akan ada banyak cara untuk melakukan pembinaan terhadap remaja kasus pelecehan seksual yang kehilangan rasa percaya diri akibat tindakan seronok yang remaja tersebut lakukan. Salah satunya yaitu dengan menggunakan bimbingan kelompok. Bimbingan adalah proses bantuan terhadap individu yang membutuhkannya. Bantuan tersebut diberikan secara bertujuan, berencana dan sistematis, tanpa paksaan melainkan atas kesadaran individu tersebut sehubungan dengan masalahnya. Sedangkan bimbingan kelompok adalah proses bantuan yang diberikan individu dalam dinamika kelompok untuk memahami diri dan masalah yang dihadapinya, kemudian mengarahkan dan merealisasikan diri dalam kehidupan sehingga mencapai kebahagiaan hidupnya.

Bimbingan kelompok dalam rekonstruksi kepercayaan diri remaja kasus pelecehan seksual di LPKA Kelas II Bandar Lampung hal ini akan membentuk penilaian individu terhadap dirinya sebagai orang yang berarti, berharga, dan menerima keadaan diri sesuai kenyataannya sehingga individu

mempunyai perasaan harga diri. Kepercayaan diri merupakan sikap positif seseorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.

Dengan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka penulis ingin memastikan dan melakukan sebuah penelitian dengan judul Bimbingan Kelompok Dalam Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Kasus Pelecehan Seksual di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) kelas II bandar lampung.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis dapat merumuskan masalah yang akan menjadi acuan dalam penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana Pelaksanaan Bimbingan Kelompok dalam Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Khusus Pelecehan Seksual di Lembaga Pembinaan Kasus Anak ( LPKA ) kelas II Bandar Lampung?
2. Apa saja kendala yang dihadapi dalam Pelaksanaan Bimbingan Kelompok Upaya Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Kasus Pelecehan Seksual di LPKA?



## **E. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian, maka Tujuan Penelitian yang ingin di capai adalah:

- a. Untuk mengetahui bagaimana Bimbingan Kelompok Dslsm Rekonstruksi Kepercayaan Diri Remaja Kasus Pelecehan Seksual di LPKA Kelas II Bandar Lampung.
- b. Untuk mengetahui apa saja kendala dalam melakukan bimbingan kelompok dalam rekonstruksi kepercayaan diri remaja kasus pelecehan seksual di LPKA Kelas II Bandar Lampung.

### **2. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan pada penelitian ini adalah:

#### **a. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang bimbingan kelompok, khususnya jurusan Bimbingan Konseling Islam tentang hubungan antara bimbingan kelompok dalam rekonstruksi kepercayaan diri pada remaja.

#### **b. Manfaat Praktis**

- 1) Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi remaja di LPKA Kelas II Bandar Lampung agar mendapat bimbingan dan segala informasi yang dibutuhkan.

- 2) Diharapkan penelitian ini juga bermanfaat untuk mahasiswa khususnya jurusan Bimbingan Konseling Islam yang mengerjakan tugas berkaitan dengan Lembaga Pembinaan Khusus Anak.

## **F. Metode Penelitian**

### **1. Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Secara terminologis, penelitian kualitatif menurut bog dan dan taylor merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau pelaku yang diamati.<sup>9</sup> Menurut Creswell pendekatan kualitatif yaitu metode-metode untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang oleh sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan.<sup>10</sup>

---

<sup>9</sup>Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013, h. 4.

<sup>10</sup>John W. Creswell, *Research Design Qualitatif, Qualitatif, and Mixed Methods Approach*, diterjemahkan oleh Ahmad Fawid, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010, h. 4.

## 2. Populasi dan Sampel

### a. Populasi

Jumlah keseluruhan unit analisis, yaitu objek yang akan diteliti, disebut *Populasi* atau *Univerce*.<sup>11</sup> Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di LPKA Kelas II Bandar Lampung.

Jadi populasi adalah jumlah individu atau kelompok yang diteliti dalam suatu penelitian, jumlah keseluruhan dari analisis yang ciri-cirinya akan diduga. Populasi semu nilai yang kemungkinan hasilnya menghitung tau mengukur mengenai karkteristik tertentu dari semua anggota yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya. Adapun yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah Kensor yang bertugas di LPKA Kelas II Bandar Lampung berjumlah 3 orang dan remaja di LPKA Kelas II Bandar Lampung berjumlah 108 orang serta petugas pembinaan berjumlah 95. Jadi total keseluruhan populasi berjumlah 206 orang.

### b. Sampel

Sampel adalah suatu bagian dari populasi yang akan diteliti dan yang dianggap dapat menggambarkan populasinya.<sup>12</sup> Pengambilan sampel dilakukan dengan cara menggunakan metode non random sampling, yaitu tidak semua individu dalam populasi termsuk sampel untuk dijadikan anggota sampel. Untuk menentukan sampel dalam penelitian ini, penulis menentukan informasi yang

<sup>11</sup>Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial, Suatu Teknik Penelitian Bidang Kesejahteraan Sosial dan Ilmu Sosial Lainnya*. Cet. Ke-7, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008, h. 57.

<sup>12</sup>*Ibid*, h. 57.

membantu penulis untuk memperoleh informasi dan menentukan subjek yang menjadi sampel penelitian yaitu menggunakan teknik purposive Sampling yang merupakan teknik berdasarkan ciri-ciri dan sifat-sifat yang ada dalam populasi yang sudah diketahui. Kriteria yang dapat dilihat adalah sebagai berikut: petugas dibidang bimbingan konseling (konselor) berjumlah 2 orang. Petugas pembinaan berjumlah 3 orang dan remaja kasus pelecehan seksual yang berusia 14 sampai 18 tahun berjumlah 8 orang. Jadi sampel dalam proposal ini berjumlah 12 orang.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

#### a. Observasi

Observasi adalah sebuah metode pengamatan langsung dengan sistem fenomena-fenomena yang diselidiki baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap objek dan subjek data. Data observasi berupa data faktual, cermat, terinci, mengenai keadaan lapangan, kegiatan manusia dan situs sosial dengan penelitian secara langsung.<sup>13</sup>

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang diperoleh dari pengamatan, baik secara langsung maupun tidak langsung terhadap gejala-gejala, subjek maupun obyek yang diselidiki, baik dalam situasi khusus yang diadakan. Observasi ini

---

<sup>13</sup> Nasution, *Metode Penelitian Naturalistic*, Bandung: Tersito, 2003, h.59.

dibagi menjadi dua, participant dan non participant.<sup>14</sup> Non participant observation yaitu observasi ini dalam tingkah laku peneliti dalam kegiatan-kegiatan yang berkenaan dengan kelompok yang diamati kurang dituntut.

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode *Observasi non Participant* dimana penulis tidak turut ambil bagian dalam kehidupan orang yang observasi. Adapun yang menjadi objek observasi dalam penelitian ini adalah mengenai bimbingan kelompok yang berada di LPKA Kelas II Bandar Lampung yang berhubungan dengan pengembalian kembali kepercayaan diri pada remaja kasus pelecehan seksual.

#### **b. Interview (Wawancara)**

Teknik pengumpulan data dengan jalan melakukan Tanya jawab. Wawancara ini dilakukan sebagai metode untuk mendapatkan informasi langsung dari responden yang akan diteliti, agar mendapat data yang valid atau dengan lain wawancara adalah metode pengumpulan data dengan jalannya jawab yang dikerjakan secara sistematis dan berdasarkan tujuan penyelidikan, pada umumnya dua orang atau lebih hadir secara fisik dalam proses Tanya jawab.<sup>15</sup>

Metode yang digunakan yaitu *Interview* Bebas Terpimpin adalah kombinasi antara *Interview* bebas dan *Interview* terpimpin

<sup>14</sup> Katini Kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, (Bandung: Mandar Maju, 1996), h. 139.

<sup>15</sup> Sutrisno Hadi, *Metodologi Research II*, Yogyakarta: Badan Penerbit Fakultas Psikologi UGM, 1983, h. 193.



maksudnya, wawancara dilakukan dengan membawa sederetan pertanyaan lengkap dan terperinci dan juga bebas menanyakan apa saja dan pertanyaan dapat dikembangkan sesuai jawaban yang diberikan oleh responden.<sup>16</sup>

Dengan metode ini diharapkan dapat menjawab pertanyaan dalam penelitian ini. *Interview* dilakukan terhadap Konselor yang melaksanakan Bimbingan Kelompok terhadap remaja.

### c. Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah catatan peristiwa yang sudah berlalu. Dokumentasi biasa berbentuk tulisan, gambar, atau karya-karya monumental dari seseorang. Dokumentasi yang berbentuk tulisan misalnya catatan harian, sejarah kehidupan, biografi. Dokumentasi yang berbentuk gambar, misalnya foto, gambar hidup, sketsa dan lain-lain.<sup>17</sup>

Metode ini digunakan sebagai data penelitian tidak secara keseluruhan hanya saja diambil pokok-pokok yang dianggap perlu, sedangkan yang lainnya digunakan sebagai data pendukung analisis.

Adapun program dokumentasi tersebut ialah sejarah berdirinya LPKA Kelas II Bandar Lampung, petugas dan Kasi program kegiatan yang akan diteliti. Metode dokumentasi adalah sebagai metode pelengkap.

<sup>16</sup>Sutrisno Hadi, *metodologi research*, jilid I, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1984, h. 191.

<sup>17</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: ALFABETA, 2014, h. 240.

#### **d. Analisis Data**

Analisis data upaya menata secara sistematis catatan hasil hasil survey lapangan, Observasi, Wawancara dan Dokumentasi untuk pemahaman penelitian mengenai kasus yang diteliti dan menyajikan sebagai temuan bagi orang lain.<sup>18</sup> Penulis menggunakan metode deskriptif kualitatif yaitu mengelola data dan melaporkan apa yang telah terjadi diperoleh selama penelitian dengan cermat dan teliti. serta memberikan interpretasi terhadap data itu ke dalam suatu kebulatan yang utuh dengan menggunakan kata-kata, sehingga dapat menggambarkan obyek penelitian saat dilakukannya penelitian ini.

Dengan demikian secara sistematis langkah pengolah data tersebut adalah melalui tahap-tahap sebagai berikut:

1. Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah pengumpulan data yang penulis lakukan melalui survei lapangan, observasi, wawancara dan dokumentasi.
2. Menyusun seluruh data yang telah diperoleh sesuai dengan urutan pembahasan yang telah direncanakan.
3. Proses analisis data dilakukan dengan cara mempelajari atau analisis data-data yang telah diperoleh melalui teknik pengumpulan data yang telah ditetapkan kemudian dideskripsikan.

---

<sup>18</sup> Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Penerbit Reka Sarasin, 2002, h. 142.

4. Melakukan interpretasi secukupnya terhadap data yang telah tersusun untuk menjawab rumusan masalah sebagai hasil kesimpulan.

## **G. Tinjauan Pustaka**

Berdasarkan pengamatan dan penelusuran yang peneliti lakukan terhadap tulisan skripsi ini, hasil penelitian yang relevan yang berkenaan dengan skripsi ini adalah:

1. Syamsusin pada tahun 2017, dengan judul Teknik Modeling Dalam Bimbingan Kelompok Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya peserta didik yang mengalami masalah kepercayaan diri rendah. Sehingga perlu dilakukan penelitian dengan judul efektivitas konseling kelompok dengan teknik modeling dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2017/2018. Adapun tujuan penelitian ini untuk meningkatkan kepercayaan diri peserta didik.

Jenis penelitian yang dilaksanakan adalah penelitian kuantitatif eksperimen dengan metode menggunakan design one group pretest – posttest. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 10 peserta didik dari kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung yang memiliki kepercayaan diri dalam kategori rendah.

Teknik modeling dalam bimbingan kelompok dilakukan sebanyak 4 kali. Subyek diobservasi dua kali (Pre-Test dan Post-Test). Teknik pengumpulan data dengan menggunakan wawancara, angket, dan observasi. Hasil rata-rata skor kepercayaan diri sebelum mengikuti teknik modeling dalam bimbingan kelompok adalah 74,3000 dan setelah mengikuti teknik modeling dalam bimbingan kelompok meningkat menjadi 102,6000. Dari hasil uji t dengan  $(df)=9$  taraf signifikan sebesar 17,623. Karena nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $17,623 > 2.20099$ ) maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima yang berarti teknik modeling dalam bimbingan kelompok efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri peserta didik kelas VIII G SMP PGRI 6 Bandar Lampung.

2. Lia Devita Sari pada tahun 2016, dengan judul Peningkatan Percaya Diri Menggunakan Layanan Konseling Kelompok (*Role Playing*) Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 6 Metro.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan rasa percaya diri siswa yang rendah dengan menggunakan layanan konseling kelompok (*role playing*). Penelitian ini bersifat *quasi eksperimental* dengan jenis desain *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian sebanyak 9 orang siswa yang percaya diri rendah. Teknik pengumpulan data menggunakan skala percaya diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan percaya diri dengan menggunakan layanan konseling kelompok (*role playing*), dengan menggunakan rata-rata

peningkatan sebesar 30.20 terbukti dari hasil analisis data percaya diri menggunakan uji *Wilcoxon*. Dengan demikian peningkatan percaya diri dengan menggunakan layanan konseling kelompok (*role playing*) pada siswa kelas VIII SMP Negeri 6 Metro tahun pelajaran 2015/2016.

3. Nadidah Twindayaningrum pada tahun 2016, dengan judul Bimbingan Kelompok Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Di SMA Piri 1 Yogyakarta.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui metode apa yang cocok digunakan untuk meningkatkan percaya diri siswa dan untuk mengetahui tahap-tahap pelaksanaan dalam bimbingan kelompok. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Dengan mengambil lokasi di SMA PIRI 1 Yogyakarta, Yogyakarta. Pengumpulan dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data yang digunakan adalah dengan mereduksi data yang didapat kemudian menyajikan data dengan mendeskripsikan/menguraikan kata dan membuat kesimpulan dari hasil tersebut.

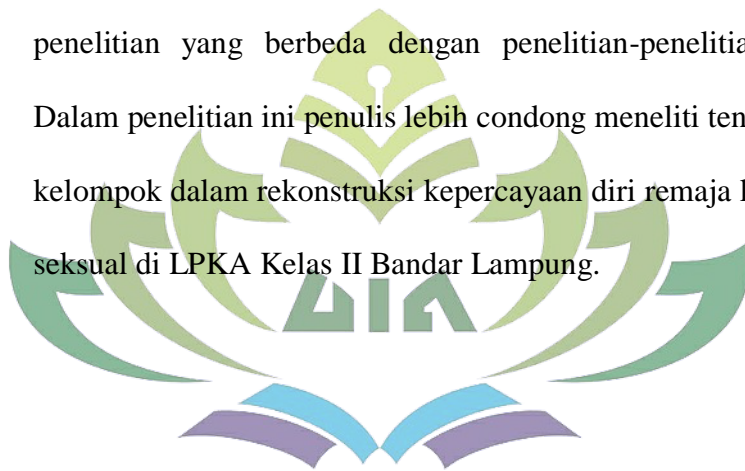
Hasil penelitian adalah layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan percaya diri siswa yaitu dengan metode teaching group



yang pada pelaksanaannya menggunakan empat tahap, tahap pertama yaitu tahap pembentukan, tahap kedua yaitu peralihan, tahap ketiga yaitu inti kelompok/tahap kerja, tahap yang keempat yaitu pengakhiran. Dengan adanya bimbingan kelompok siswa dapat mengenali potensi yang dimilikinya belajar mendiskusikan masalah dalam kelompok, dan menghargai pendapat masing-masing anggota kelompok, sehingga siswa dapat lebih percaya diri.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, penulis akan melakukan penelitian yang berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Dalam penelitian ini penulis lebih condong meneliti tentang bimbingan kelompok dalam rekonstruksi kepercayaan diri remaja kasus pelecehan seksual di LPKA Kelas II Bandar Lampung.



## BAB II

### BIMBINGAN KELOMPOK DALAM REKONSTRUKSI KEPERCAYAAN DIRI REMAJA KASUS PELECEHAN SEKSUAL

#### A. Bimbingan Kelompok

##### 1. Pengertian Bimbingan Kelompok

Bimbingan merupakan proses pemberian bantuan yang dilakukan oleh ahli kepada seseorang atau beberapa orang individu, baik anak-anak, remaja, maupun dewasa, agar orang yang dibimbing dapat mengembangkan kemampuan dirinya sendiri dan mandiri, dengan memanfaatkan kemampuan individu dan sarana yang ada dan dapat dikembangkan berdasarkan norma-norma yang berlaku.<sup>1</sup>

Bimbingan membantu individu untuk memahami dan menggunakan secara luas kesempatan-kesempatan Pendidikan, jabatan, dan pribadi yang mereka miliki atau dapat mereka kembangkan, dan sebagai satu bentuk bantuan yang sistematis melalui mana individu dibantu untuk memperoleh penyesuaian yang baik terhadap kehidupan.

Sedangkan, bimbingan kelompok adalah seorang pembimbing menghadapi banyak klien. Pembimbing lebih bersikap sebagai fasilitator untuk kelancaran diskusi kelompok dan dinamika kelompok. Masalah yang dihadapi merupakan masalah yang sama.<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Prayitno dan Amti. 2013. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. (Jakarta. Reneka Cipta). h 309.

<sup>2</sup> Sofyan Willis. 2014. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. (Bandung. Alfabeta). h. 15.

Bimbingan Kelompok adalah layanan bimbingan yang diberikan dalam suatu kelompok. Gazha (1978) mengemukakan bahwa bimbingan kelompok di sekolah merupakan kegiatan informasi kepada sekelompok individu untuk membantu mereka menyusun rencana dan keputusan yang tepat. Gazha juga menyebutkan bahwa bimbingan kelompok di selenggarakan untuk memberikan informasi. Dengan demikian jelas bahwa kegiatan dalam bimbingan kelompok ialah pemberian informasi untuk keperluan tertentu bagi para anggota kelompok.<sup>3</sup>

Jadi bimbingan kelompok adalah proses bantuan yang diberikan individu dalam dinamika kelompok untuk memahami diri dan masalah yang dihadapinya, kemudian mengarahkan dan merealisasikan diri dalam kehidupan sehingga mencapai kebahagiaan hidupnya.

“Menurut Romlah (2001: 03) bimbingan kelompok adalah proses pemberian bantuan yang diberikan pada individu dalam situasi kelompok yang ditujukan untuk mencegah timbulnya suatu masalah pada remaja dan mengembangkan potensi remaja serta pengelolaannya dilakukan dalam situasi kelompok. Layanan bimbingan kelompok merupakan media dalam membimbing individu dengan memanfaatkan dinamika kelompok untuk mencapai tujuan bersama. Bimbingan kelompok ditujukan untuk mencegah timbulnya masalah pada remaja dan mengembangkan potensi remaja. Jadi bimbingan kelompok

---

<sup>3</sup> Prayitno dan erman anti. *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. (Jakarta: rineka cipta, 2008). h.309.

merupakan layanan yang tepat untuk memberikan kontribusi pada remaja dalam memecahkan masalah yang berkaitan dengan kepercayaan diri karena masalah tersebut harus secepatnya ditangani agar tidak menghambat remaja dalam proses sosial di masyarakat”.<sup>4</sup>

Bimbingan kelompok merupakan bantuan terhadap individu yang dilaksanakan dalam situasi kelompok. Bimbingan kelompok bertujuan sebagai penyampaian informasi dan aktivitas kelompok membahas masalah – masalah Pendidikan, pekerjaan, pribadi, dan social.<sup>5</sup>

Bimbingan kelompok dilaksanakan dalam tiga kelompok, yaitu kelompok kecil (2 – 6 orang), kelompok sedang (7-12 orang), dan kelompok besar (13-20 orang) ataupun kelas (20-40). Pemberian informasi dalam bimbingan kelompok terutama untuk meningkatkan pemahaman tentang kenyataan, aturan-aturan dalam kehidupan, dan cara-cara yang dapat dilakukan untuk menyesuaikan tugas, serta meraih masa depan dalam studi, karier, ataupun kehidupan. Aktivitas kelompok diarahkan untuk memperbaiki dan mengembangkan pemahaman diri dan pemahaman lingkungan, penyesuaian diri, serta pengembangan diri.

Layanan bimbingan kelompok yaitu layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan sejumlah individu secara Bersama-sama melalui dinamika kelompok memperoleh berbagai bahan dan

---

<sup>4</sup> Erlina Permata Sari, “*pengembangan Model Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodram untuk Meningkatkan Sikap Proposional*” (Tesis Program Bimbingan Konseling Universitas Negeri Semarang, Semarang, 2013) ,h. 81.

<sup>5</sup> Achmad Juntika Nurihsan, 2010. *Bimbingan & Konseling*. Bandung: Refika Aditama. h. 23.

narasumber tertentu (pembimbing/konselor) dan membahas secara Bersama-sama pokok bahasan (topik) yang berguna untuk menunjang pemahaman dan kehidupan sehari-hari untuk perkembangan diri dan pertimbangan dalam pengambilan keputusan dan tindakan yang akan dilakukan.

Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok dapat saling berhubungan baik diantara kelompok, kemampuan berkomunikasi antar individu, pemahaman berbagai situasi dan kondisi lingkungan, serta dapat mengembangkan sikap dan tindakan nyata untuk mencapai hal-hal yang diinginkan sebagaimana yang terungkap di dalam kelompok.

Melalui layanan bimbingan kelompok akan melahirkan dinamika kelompok, yang membahas berbagai hal yang beragam dan berguna dalam berbagai bidang bimbingan (bimbingan pribadi, sosial, belajar, karier).

#### a. Bidang Bimbingan Pribadi-Sosial

Dalam bidang bimbingan pribadi, membantu individu menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, mantap dan mandiri serta sehat jasmani dan rohani.

Dalam bidang bimbingan sosial, membantu individu mengenal dan berhubungan dengan lingkungan sosial yang dilandasi budi pekerti luhur, tanggung jawab kemasyarakatan



dan kenegaraan. Bimbingan pribadi-sosial berarti bimbingan dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi problem dalam hatinya sendiri dalam mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu seksual, dan membina hubungan kemanusiaan dengan sesame dilingkungan sekitar.

b. Bidang Bimbingan Belajar/Akademik

Bimbingan belajar yaitu, bimbingan yang mengoptimalkan perkembangan dan mengatasi masalah dalam proses pembelajaran Bersama guru dan belajar mandiri di rumah maupun di sekolah.<sup>6</sup>

Bimbingan akademik merupakan bimbingan yang diarahkan untuk membantu individu dalam menghadapi dan menyelesaikan masalah-masalah akademik yaitu pengenalan kurikulum, pemilihan jurusan/konsentrasi, cara belajar, penyesuaian tugas dan latihan, pencarian serta penggunaan sumber belajar, perencanaan Pendidikan lanjutan.<sup>7</sup>

Bimbinagn akademik dilakukan dnegan cara menembangkan suasana belajar-mengajar, membantu individu sukses dalm belajar, dan mampu menyesuaikan diri terhadap tuntutan program Pendidikan. Para membimbing berupaya

<sup>6</sup> Fenti Hikmawati. 2016. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: RajaGrafindo Persada. h. 5.

<sup>7</sup> Achmad Juntika Nurihsan, Op.cit. h. 15.

memfasilitasi individu mencapai tujuan akademik yang diharapkan.

c. Bidang Bimbingan Karier

Dalam bidang bimbingan karier, membantu individu merencanakan dan mengembangkan masa depan. Materi pokok-pokok dalam bidang ini yaitu:<sup>8</sup>

Dalam penelitian ini bidang yang tepat untuk masalah diatas adalah bidang bimbingan pribadi dan social. bimbingan dalam menghadapi keadaan batinnya sendiri dan mengatasi problem dalam hatinya sendiri dalam mengatur dirinya sendiri di bidang kerohanian, perawatan jasmani, pengisian waktu luang, penyaluran nafsu seksual, dan membina hubungan kemanusiaan dengan sesama dilingkungan sekitar.

## 2. Tujuan Bimbingan Kelompok

Sekarang bimbingan tidak hanya ditunnukan untuk membantu individu mengatasi masalah-masalah yang dihadapi, tetapi mencakup segala aspek kehidupan individu. Dengan kata lain agar dapat membantu individu berkembang (*to help people grow*) sehingga mencapai keefektifan dalam kehidupan baik di rumah, di sekolah, dan di masyarakat, serta menjadi orang yang bersyukur atas nikmat yang diberikan Tuhan krpadanya, kemudian menjadi individu yang bahagia.

---

<sup>8</sup> *Ibid.*

Penyesuaian diri merupakan hal yang penting pula dari tujuan bimbingan. Penyesuaian diri berarti individu mampu menyelesaikan diri terhadap diri sendiri, kelompok, dan lingkungan. Penyesuaian terhadap diri sendiri yaitu mampu menerima keadaan diri apa adanya, ketika ada kekurangan maka akan berusaha untuk memperbaikinya. Tujuan bimbingan yang lain adalah supaya individu mampu memecahkan masalah yang dihadapinya.<sup>9</sup>

Jadi disini tujuan bimbingan kelompok ialah pemberian bantuan informasi untuk keperluan para anggota kelompok mencapai kemandirian dan mengembangkan potensi-potensi mereka secara optimal yang difasilitasi pembimbing untuk kelancaran diskusi kelompok.

Tujuan pemberian layanan bimbingan ialah agar individu mendapatkan:

- a. Merencanakan kegiatan penyesuaian studi, perkembangan karir, serta kehidupan pada masa yang akan datang.
- b. Mengembangkan seluruh potensi dan kekuatan yang dimilikinya seoptimal mungkin.
- c. Menyesuaikan diri dengan lingkungan Pendidikan, lingkungan masyarakat, serta lingkungan kerjanya.

---

<sup>9</sup> *Ibid.*

- d. Mengatasi hambatan dan kesulitan yang dihadapi dalam studi, penyesuaian dengan lingkungan Pendidikan, masyarakat, ataupun lingkungan kerja.

Untuk mencapai tujuan-tujuan diatas, maka harus mendapatkan kesempatan untuk:

- 1) Menenal dan memahami potensi, kekuatan, serta tugas-tugasnya.
- 2) Menenal dan memahami potensi-potensi yang ada di lingkungannya.
- 3) Menenal dan menentukan tujuan, rencana hidupnya, serta kesulitan sendiri.
- 4) Menggunakan kemampuannya untuk kepentingan dirinya, Lembaga tempat bekerja dan masyarakat.
- 5) Menyesuaikan diri dengan keadaan dan tuntutan dari lingkungannya.
- 6) Mengembangkan segala potensi dan kekuatan yang dimilikinya secara tepat, teratur, dan optimal.

### 3. Fungsi Bimbingan Kelompok

Dewa Ketut Sukardi 2000:48 menyebutkan layanan bimbingan kelompok mempunyai 3 fungsi, yaitu:

#### a. Berfungsi Informatif

Fungsi bimbingan kelompok sebagai informatif merupakan bimbingan kelompok yang dikoordinir ketua/konselor atau pembimbing dengan tujuan membantu, mengarahkan, dan mengadaptasi para anggota kelompok dari sebelum dan sesudah terjadinya masalah dalam diri individu.

Bimbingan kelompok berfungsi informatif berarti dalam bimbingan kelompok dapat difungsikan untuk menginformasikan sesuatu kepada kelompok tersebut.

#### b. Berfungsi Pengembangan

Fungsi ini berarti layanan bimbingan kelompok yang diberikan dapat membantu para anggota kelompok dalam memelihara dan mengembangkan keseluruhan pribadinya secara mantap, terarah, dan berkelanjutan. Dalam fungsi ini hal-hal yang dipandang positif dijaga agar tetap baik dan mantap. Dengan demikian individu dalam kelompok dapat memelihara dan mengembangkan berbagai potensi dan kondisi yang positif dalam rangka perkembangan para anggota kelompok secara mantap dan berkelanjutan.



Fungsi pengembnagan ini dimaksudkan bahwa bimbingan kelompok dapat dijadikan tempat untuk mengembangkan suatu minat yang sama diantara anggota kelompok

c. Berfungsi Preventif dan Kreatif

Layanan bimbingan kelompok dapat berfungsi sebagai pencegahan yang artinya usaha pencegahan terhadap timbulnya masalah. Dalam fungsi pencegahan ini layanan bimbingan kelompok yang diberikan berupa bantuan bagi para anggota kelompok agar terhindar dari berbagai masalah yang dapat menghambat perkembangannya.

Dalam fungsi pencegahan dalam bimbingan kelompok ini akan menghasilkan tercegahnya atau terhindarnya para anggota kelompok dari berbagai permasalahan yang mungkin timbul akan dapat mengganggu, menghambat ataupun menimbulkan kesulitan, kerugian-kerugian tertentu dalam proses perkembangannya.

Fungsi preventif dimaksudkan bahwa bimbingan kelompok mampu digunakan untuk mencegah suatu maslaah. Sedangkan fungsi kreatif adalah dimana di dalam kelompok tersebut kita dapat membangunkan kreatifitas kita baik dalam mencegah maupun menghadapi masalah.

#### 4. Asas-asas Bimbingan Kelompok

Dalam pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok terdapat asas-asas yang diperlukan untuk memperlancar jalannya kegiatan bimbingan kelompok agar sesuai dengan tujuan yang diharapkan, asas-asas bimbingan kelompok yaitu:<sup>10</sup>

a. Asas kerahasiaan

Asas kerahasiaan ini merupakan asas kunci dalam bimbingan kelompok untuk para anggota, segala sesuatu yang dibicarakan dalam kelompok tidak boleh disampaikan kepada orang lain. Jika asas ini benar-benar dilaksanakan, maka pelaksanaan kegiatan bimbingan kelompok akan mendapat kepercayaan dari semua pihak, terutama pembimbing dan semua anggota kelompok sehingga kegiatan bimbingan akan berjalan dengan sebaik-baiknya.

b. Asas keterbukaan

Asas keterbukaan yaitu dalam pelaksanaan bimbingan sangat diperlukan suasana keterbukaan, baik terbuka dengan pembimbing maupun anggota kelompok. Dan diharapkan masing-masing pihak yang bersangkutan bersedia membuka diri untuk kepentingan pemecahan masalah.

---

<sup>10</sup> *Ibid.*

c. Asas kesukarelaan

Proses bimbingan harus berlangsung atas dasar kesukarelaan, baik dari pihak si pembimbing dan anggota kelompok. Diharapkan secara suka dan rela tanpa ragu-ragu menyampaikan masalah yang dihadapinya.

d. Asas kenormatifan

Asas kenormatifan ini diterapkan terhadap isi maupun proses penyelenggaraan bimbingan, seluruh isi layanan harus sesuai dengan norma-norma yang ada. Prosedur, Teknik, dan peralatan yang digunakan tidak menyimpang dari norma-norma yang dimaksud.

e. Asas kegiatan

Asas ini merujuk pada pola bimbingan “multi dimensional” yang tidak hanya mengandalkan transaksi verbal antara klien dan konselor. Diharapkan klien aktif menjalani proses bimbingan dan aktif pula melaksanakan/menerapkan hasil-hasil bimbingan.

## 5. Model atau Teknik Bimbingan Kelompok

Khusus mengenai bimbingan kelompok berikut ini akan dijelaskan berbagai teknikanya.<sup>11</sup>

### a. Teknik diskusi

Diikuti oleh beberapa anggota, seperti sekelas siswa, kumpulan remaja yang dipimpin oleh guru atau siswa yang cerdas. Dalam diskusi ini persoalan yang didiskusikan sama, seperti masalah prestasi belajar, peningkatan kreatifitas dalam seni, kepercayaan diri, kerja social, dan pengemvangan diri lainnya.

### b. Dinamika kelompok

Jumlah anggota paling banyak 8-10 orang. Proses diskusi berjalan secara dinamika, artinya setiap individu bebas mengemukakan pendapat atau mendiskusikan masalahnya, begitupun dnegan anggota lain memberikan pendapatnya untuk pemecahan masalah yang pada umumnya permasalahan yang dihadapi dalam kelompok bertema sama.

### c. Ceramah

Bimbingan kelompok dengan menggunakan metode cerawamah dapat dilakukan oleh guru-guru, pemimpin dan tokoh-tokoh masyarakat. Tujuannya adalah agar dapat meembantu anggota kelompok untuk mengubah perilaku dalam memecahkan persoalan

---

<sup>11</sup> *Ibid.*

hidup. Biasanya dengan Teknik ceramah ini diikuti dengan diskusi agar pemahaman anggota lebih mendalam.

d. Program Homeroom

Program homeroom adalah suatu program kelompok yang direkayasa pemimpin kelompok agar tercipta suasana seperti di rumah, yaitu bebas, terbuka, santai, dan blak-blakan. Dengan demikian para anggota dapat mengemukakan aspirasi dan kecemasannya secara bebas dan tanpa merasa takut dimarahi.

e. Sosiodrama

Teknik kelompok dengan menggunakan media drama social atau kehidupan nyata di masyarakat yang sesuai dengan maslaah yang dihadapi para anggota. Dengan dmeikian mereka dapat belajar bagaimana akibat suatu perbuatan yang negative atau bagaimana caraberbuat baik drama ini disusun dLm permainan paling cepat 10-15 menit.

f. Psikodrama

Yaitu suatu metode kelompok dengan menggunakan suatu media drama kejiwaan yang menyentuh sehingga berdampak positif bagi perubahan perilaku anggota kelompok. Lamanya psikodrama lebih kurang 10 menit.

g. Karyawisata

Metode kelompok ini bermakna bagi para anggota yang mengalami stress karena proses belajar atau bekerja. Dengan

berwisata akan terjadi pelepasan energi Lelah, cemas, dan duka. Kemudian diantara mereka akan lebih akrab dan mengeluarkan segala isi hatinya kepada lawan bicara.

Bisa jadi guru atau pemimpin bisa memanfaatkan media ini untuk memperoleh informasi langsung mengenai kekurangan dan bagaimana cara mengatasinya menurut versi para anggota kelompok.

#### h. Metode Tugas

Dengan memberikan tugas Bersama anggota kelompok, akan terjdin kerjasama, setia kawan, persahabatan dan juga pelepasan uneg-uneg yang kurang disenangi dengan cara bebas. Tugasnya bisa berupa pekerjaan tangan, menggambar bersama, karangan, obsevasi, laporan, dan lain sebagainya.

## 6. Komponen bimbingan kelompok

### a. Pemimpin kelompok

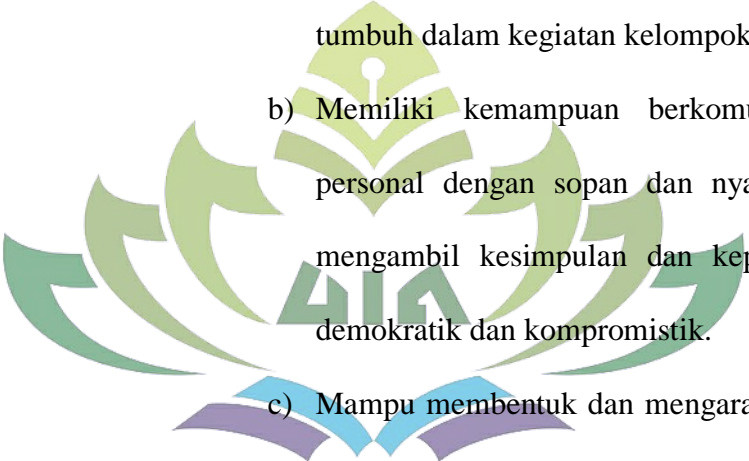
Pemimpin kelompok adalah konselor/pembimbing/anggota kelompok yang dapat memimpin jalannya kegiatan bimbingan kelompok, tidak diharuskan dari ahli professional. Karena dalam kegiatan ini pemimpin dan anggota kelompok sama-sama belajar untuk menyelesaikan masalah dan mencapai tujuan bersama.



Secara khusus, pemimpin kelompok diwajibkan dapat menghidupkan suasana/dinamika kelompok sehingga mengarah pada pencapaian tujuan-tujuan kelompok.

1) Karakteristik pemimpin kelompok

Tugas pemimpin kelompok harus menjadi seseorang yang memiliki:

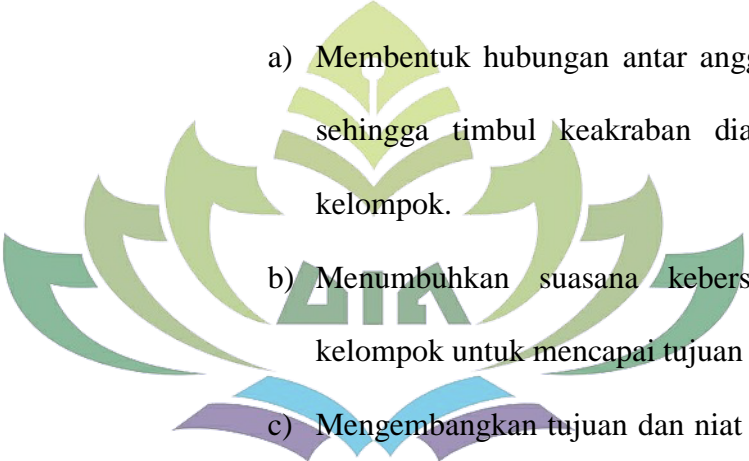
- 
- a) Berwawasan luas sehingga dapat mengisi, memperluas dan meningkatkan informasi yang tumbuh dalam kegiatan kelompok.
  - b) Memiliki kemampuan berkomunikasi antar-personal dengan sopan dan nyambung, dapat mengambil kesimpulan dan keputusan secara demokratik dan kompromistik.
  - c) Mampu membentuk dan mengarahkan sehingga suasana kelompok menjadi aktif interaksi antar anggota kelompok. Saling mendukung, menjelaskan, memberikan pencerahan, memberi rasa nyaman, dan membahagikan serta mencapai tujuan Bersama kelompok.

Berdasarkan karakteristik pemimpin kelompok diatas pemimpin memiliki kewajiban untuk menjadi seseorang yang mampu membentuk kelompok dan mengarahkan sehingga terjadi

dinamika kelompok yang bebas, terbuka, aktif, saling mendukung, memberikan rasa nyaman, dan kebahagiaan untuk pencapaian tujuan kelompok tersebut.

## 2) Peran pemimpin kelompok

Dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok, pemimpin kelompok berperan dalam:

- 
- a) Membentuk hubungan antar anggota kelompok sehingga timbul keakraban diantara anggota kelompok.
  - b) Menumbuhkan suasana kebersamaan dalam kelompok untuk mencapai tujuan bersama.
  - c) Mengembangkan tujuan dan niat bersama untuk mencapai tujuan kelompok.
  - d) Membina kemandirian mengungkapkan pendapat atau berbicara pada diri setiap anggota kelompok.

Berdasarkan keterangan diatas bahwa peran pemimpin kelompok dalam mengarahkan suasana kelompok melalui dinamika kelompok yaitu terjadinya keakraban diantara kelompok, kebersamaan, mengembangkan tujuan Bersama, dan

membina kemandirian pada diri anggota mampu berbicara.

- 3) Struktur kelompok, yaitu membahas apa, mengapa, dan bagaimana, anggota kelompok dalam kegiatan bimbingan kelompok.
- 4) Tahapan kegiatan bimbingan kelompok, dalam bimbingan kelompok terdapat empat tahapan yaitu tahap pertama pembentukan, tahap kedua peralihan, tahap ketiga kegiatan dan tahap keempat pengakhiran.
- 5) Penilaian segera layanan bimbingan kelompok, penilaian segera layanan bimbingan kelompok dimaksudkan untuk memberikan kesimpulan bagaimana kegiatan yang sudah dilakukan untuk kemajuan yang akan datang.
- 6) Tindak lanjut layanan bimbingan kelompok, tindak lanjut dilakukan setelah sebelumnya sudah melakukan kegiatan dan selanjutnya akan ada kegiatan yang baru tidak membosankan tetapi tetap dalam pencapaian masalah Bersama.

#### b. Anggota kelompok

Untuk terselenggaranya bimbingan kelompok seorang konselor/pembimbing perlu membentuk kumpulan individu dengan persyaratan diatas menjadi sebuah kelompok. Tidak semua

kumpulan individu dapat menjadi anggota kelompok, tetapi besarnya jumlah anggota kelompok akan mempengaruhi kinerja kelompok.

#### 1) Besarnya kelompok

Vaiasi kelompok dapat dilihat dari seberapa jumlah anggota kelompok, misal kelompok terlalu kecil 2 – 3 orang, kelompok ini dapat mengurangi efektifitas kegiatan bimbingan kelompok. Tetapi sebaliknya jika anggota kelompok melebihi 10 orang juga kurang efektif. Nantinya akan berkurang partisipasi aktif individu dalam bebas berbicara, berpendapat dalam penerimaan manfaatn layanan bimbingan kelompok. Maka sebaiknya membuat kelompok harus sesuai dengan porsi masalah yang akan di angkat. Misalnay satu kelompok bimbingan kelompok beranggotakan 4 – 8 orang.

#### 2) Homogenitas kelompok

Dalam hal ini anggota kelompok homogenitas atau kelompok yang sama akan menjadi sumber yang lebih mendalam untuk mencapai tujuan layanan bimbingan kelompok. Bimbingan kelompok memerlukan anggota kelompok yang dapat menjadi sumber-sumber untuk

membahas topik atau memecahkan masalah tertentu dengan efektif dalam layanan bimbingan kelompok.

### 3) Peranan anggota kelompok

#### a) Aktivitas mandiri

Para anggota bimbingan kelompok masing-masing beraktivitas langsung dan mandiri dalam bentuk:

(1) Mendengar, memahami dan merespon dengan

tepat dan positif

(2) Berfikir dan berpendapat

(3) Menganalisis, mengkritik, dan berargumentasi

(4) Merasa, berempati dan bersikap

(5) Berpartisipasi dalam kegiatan bimbingan

kelompok

#### b) Masing-masing anggota kelompok aktivitas mandiri

diorientasikan dalam kehidupan Bersama dalam kelompok, melalui:

(1) Membina keakraban dan keterlibatan secara

emosional antar anggota kelompok

(2) Patuh terhadap aturan kegiatan dalam kelompok

(3) Berkomunikasi dengan jelas dan lugas dengan

lambut dan bertatakrama

(4) Saling memahami, memberi kesempatan, dan membantu

(5) Bertujuan yang sama untuk memsukkseskan kegiatan kelompok.

## 7. Tahap-tahapan pelaksanaan kegiatan Bimbingan Kelompok

Menurut Prayitno dalam pelaksanaan bimbingan kelompok ada 4 tahapan yaitu sebagai berikut:<sup>12</sup>

### a. Tahap Pembentukan

Pada tahap ini merupakan tahap pengenalan, tahap pelibatan diri kedalam kehidupan kelompok. Para anggota saling memepkenalkan diri dan juga mengungkapkan tujuan dan harapan masing-maisng anggota. Pemimpin kelompo menjelaskan cara-cara dan asa-asas kegiatan kelompok. Dapat disusun sebagai berikut:

#### 1) Tahap I: Tahap pembentukan

Tema yaitu: pengenalan, pelibatan diri, dan pemasukan diri. Pada tahap pertama ini hal-hal yang harus dilakukan yaitu:

##### a) Kegiatan

<sup>12</sup> Nadidah Twuwindayaningrum, *Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa di SMA Piri I Yogyakarta*. (Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2016), h. 15



Mengungkapkan tentang pengertian dan tujuan bimbingan kelompok dalam rangka bimbingan konseling.

b) Menjelaskan:

- (1) Cara-cara
- (2) Asas-asas kegiatan bimbingan kelompok
- (3) Saling memperkenalkan dan mengungkapkan diri
- (4) Teknis khusus.
- (5) Permainan penghangatan/pengakraban.

c) Tujuan

- (1) Anggota memahami pengertian dan kegiatan kelompok dalam rangka bimbingan konseling.
- (2) Tumbuhnya suasana kelompok.
- (3) Tumbuhnya minat anggota mengikuti kegiatan kelompok.
- (4) Tumbuhnya saling mengenal, percaya, menerima, membantu diantara anggota kelompok.
- (5) Timbulnya suasana bebas dan terbuka.
- (6) Dimulainya pembahasan tentang tingkah laku perasaan dalam kelompok.

d) Peranan pemimpin kelompok

- (1) Menampilkan diri secara untuh dan terbuka
- (2) Menampilkan penghormatan kepada orang lain,  
hangat tulus, bersedia membantu dan penuh  
empati
- (3) Menjadi contoh seluruh anggota kelompok

b. Tahap Peralihan

Pada tahap ini merupakan jembatan antara tahap pertama dan ketiga. Pokok bahasan pada tahap ini pimpinan kelompok menjelaskan apa saja yang akan dilakkan dalam kegiatan kelompok, menjelaskan peranan anggota dalam kegiatan kelompok, serta menawarkan dan mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani kegiatan pada tahap selanjutnya.

Tahap II: Peralihan

Tema: sebagai jembatan antara tahap I dan III

1) Kegiatan yang harus dilakukan

- a) Menjelaskan yang akan dibahas pada tahap berikutnya (tahap III)
- b) Menawarkan atau mengamati apakah para anggota sudah siap menjalani tahap berikutnya (tahap III)

- c) Membahas suasana yang sedang terjadi
- d) Meningkatkan kemauan berpartisipasi anggota untuk masuk kegiatan tahap III (tahap kegiatan inti)

## 2) Tujuan kegiatan tahap II

- a) Terbebasnya para anggota dari berbagai perasaan atau sikap enggan, ragu, malu, atau saling tidak percaya untuk memasuki tahap III
- b) Makin mantapnya suasana kelompok dan kebersamaan antar anggota
- c) Makin minatnya anggota untuk ikut serta dalam kegiatan kelompok

## 3) Peranan pemimpin kelompok

- a) Menerima suasana yang ada secara terbuka
- b) Tidak menggunakan cara-cara yang bersifat mengambil alih kekuasaan
- c) Membuat suasana perasaan
- d) Membuka diri, penuh tauladan dan empati

## c. Tahap Kegiatan

Jika tahap sebelumnya berjalan dengan baik, selanjutnya tahap ketiga ini merupakan kehidupan sebenarnya dalam kelompok, maka layanan bimbingan kelompok pada tahap ketiga ini akan berhasil pula.

Tahap III: kegiatan inti kelompok

Tema: kegiatan pencapai tujuan (penyelesaian tugas)

1) Kegiatan

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan suatu masalah atau topik
- b) Tanya jawab antar anggota dan pemimpin kelompok tentang hal-hal yang belum jelas yang menyangkut masalah topik yang telah dikemukakan oleh pemimpin kelompok
- c) Anggota membahas masalah atau topik secara mendalam/tuntas
- d) Kalo perlu adakan kegiatan seling agar tidak terlalu tegang.

2) Tujuan kegiatan

- a) Terbahasnya suatu masalah atau topik yang relvan dengan kehidupan sanggota secara mendalam dan tuntas
- b) Seluruh anggota ikut aktif dalam pembahasan baik yang berhubungan dengan pemikiran, perasaan, dan tingkah laku.

3) Peranan pimpinan kelompok

- a) Sebagai pengatur jalannya diskusi dengan sabar dan terbuka
- b) Aktif tai tidak perlu banyak bicara.

d. Tahap IV: Tahap Pengakhiran

Tema: penilaian dan tindak lanjut

1) Kegiatan

- a) Pemimpin kelompok mengemukakan bahwa kegiatan akan segera diakhiri
- b) Pemimpin dan para anggota kelompok mengemukakan kesan dan hasil-hasil kegiatan
- c) Membahas kegiatan lanjutan
- d) Mengemukakan perasaan dan harapan

2) Tujuan

- a) Terungkapnya kesan-kesan anggota kelompok tentang pelaksanaan kegiatan
- b) Terungkapnya hasil kegiatan kelompok yang telah dicapai yang dikemukakan secara mendalam dan tuntas
- c) Terumuskan rencana kegiatan lebih lanjut
- d) Tetap dirasakanya hubungan kelompok dan rasa kebersamaan meskipun kegiatan diakhiri.

3) Peranan pimpinan kelompok

- a) Tetap mengusahakan suasana hangat, bebas dan terbuka

- b) Memberikan pernyataan dan mengucapkan terima kasih atas keikutsertaan anggota memberikan semangat untuk kegiatan lebih lanjut
- c) Penuh rasa persahabatan dan empati.

## **B. Kepercayaan Diri**

### **1. Pengertian Kepercayaan Diri**

Percaya diri berasal dari Bahasa Inggris yaitu *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian ini yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya sendiri. Jadi percaya diri merupakan suatu keyakinan individu segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan membuatnya mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.<sup>13</sup>

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya.

---

<sup>13</sup> *Ibid.*



Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak, remaja, maupun orang tua, secara individual maupun kelompok.<sup>14</sup>

Kepercayaan diri menurut dzakiah Darajat adalah percaya kepada diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil. Individu yang percaya pada diri sendiri dapat mengatasi segala faktor-faktor dan situasi yang dialaminya. Tapi sebaliknya orang yang kurang percaya diri akan sangat peka terhadap bermacam-macam situasi yang menekan.<sup>15</sup>

Kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri, alias "sakti". Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa - karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistik terhadap diri sendiri.

Berdasarkan pendapat diatas kepercayaan diri merupakan psikologi seseorang yang memberikan keyakinan atas kemampuan yang dimiliki sejak kecil akan memiliki sifat positif dalam pengembangan penilaian positif kepada diri dan lingkungannya diberbagai situasi sehingga akan

<sup>14</sup> Ghufroon, Nur, dan Risnawata, Rini. *Teori-teori Psikologi*.(psikologi:ar-ruzz Media.2011). h. 33.

<sup>15</sup> Drajat zakiah. 1995. *Kesehatan Mental*. Jakarta. Cv. Haji masagung. h. 25.

mampu mencapai tujuan yang akan dicapai, sedangkan seseorang yang memiliki percaya diri negative pasti memiliki konsep diri negative, kurang percaya pada kemampuan, sehingga orang tersebut cenderung akan menutup diri.

## 2. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Menurut Lindenfield dalam Kamil, ada dua jenis kepercayaan diri yang meliputi kepercayaan diri lahir dan kepercayaan diri batin.

### a. Kepercayaan diri batin

Kepercayaan diri yang memberikan kepada perasaan dan anggapan bahwa individu dalam keadaan baik. Kepercayaan diri batin, meliputi kepercayaan diri emosional, spiritual.

Ciri – ciri kepercayaan diri batin yang sehat yaitu:

- 1) Cinta diri
- 2) Pemahaman diri
- 3) Tujuan yang jelas
- 4) Berfikir positif

### b. Jenis percaya diri lahir

Memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukan kepada dunia luar bahwa individu yakin akan dirinya.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> *Ibid.*

Menurut Lindenfield (ahli Bahasa Ediatl Kamil, 1997 : 7-11) menjelaskan bahwa untuk memberi kesan percaya diri pada dunia luar, individu perlu mengembangkan keterampilan empat bidang yaitu:

1) Mampu berkomunikasi dengan baik

Dengan memiliki dasar di bidang keterampilan berkomunikasi, individu akan memiliki:

- a) Mendengarkan orang lain dengan tepat, tenang dan penuh perhatian.
- b) Dapat berkomunikasi dengan orang dari segala usia dan segala jenis latar belakang.
- c) Tahu kapan dan bagaimana berganti pokok pembicaraan dari percakapan biasa ke yang lebih mendalam.
- d) Berbicara secara fasih dan menggunakan nalar.
- e) Berbicara ditempat umum tanpa takut.
- f) Membaca dan memanfaatkan Bahasa tubuh orang lain.

2) Memiliki ketegasan

Sikap tegas akan menambah rasa percaya diri individu karena memiliki:

- a) Menyatakan kebutuhan mereka secara langsung dan terus tenang.
- b) Membela hak mereka dan hak orang lain.
- c) Tahu bagaimana mereka melakukan kompromi yang dapat diterima dengan baik.
- d) Memberi dan menerima pujian secara bebas dan penuh kepekaan.
- e) Memberi dan menerima kritik yang membangun.

### 3) Peduli pada penampilan diri

Sebagai individu yang memiliki percaya diri keterampilan ini mengajarkan kita untuk memiliki:

- a) Memiliki gaya pakaian dan warna yang paling cocok untuk kepribadian dan kondisi fisik.
  - b) Memilih pakaian yang cocok untuk kegiatan dan tetap mempertahankan gaya pribadinya.
  - c) Mampu menciptakan penampilan pertama yang menarik .
  - d) Menyadari dampak gaya hidup terhadap pendapat orang lain mengenai penampilan dirinya, tidak selalu menyenangkan orang lain tetapi dibatasi.
- ### 4) Mampu mengendalikan perasaan

Dalam kehidupannya individu perlu mengendalikan perasaan dan individu memiliki pengendalian diri:

- a) Lebih percaya diri dan tidak perlu khawatir karena memiliki kontrol diri yang baik.
- b) Berani menghadapi tantangan dan resiko dalam hidupnya, dan dapat mengatasi tantangan tersebut seperti, rasa takut, khawatir dan frustrasi.
- c) Tidak takut dalam menghadapi kesedihan yang dapat membebani hidupnya, tetapi menghadapi kesedihan tersebut dengan wajar.
- d) Tidak khawatir akan lepas control dapat membiarkan dirinya bertindak spontan, dan melepaskan jika ingin santai.

### **3. Karakteristik Kepercayaan Diri**

#### **a. Ciri – Ciri Individu Yang Memiliki percaya diri**

Beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri (Fatimah,2008:149), diantaranya yaitu:

- 1) Percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun hormat orang lain.
- 2) Tidak terdorong untuk menunjukkan sikap konformis demi diterima orang lain atau kelompok.

- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain atau berani menjadi diri sendiri.
- 4) Punya pengendalian diri yang baik
- 5) Memiliki internal locus of control (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung pada usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak bergantung atau mengharapkan bantuan orang lain).
- 6) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan situasi diluar dirinya.
- 7) Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.

Berdasarkan karakteristik individu yang memiliki percaya diri diatas yaitu individu yang mampu menerima kekurangan yang dimilikinya, berani menerima penolakan, dan mampu mengendalikan diri dengan baik tidak mudah menyerah serta memiliki harapan yang realistic terhadap dirinya sendiri.

Dikalangan remaja, terutama yang berusia sekolah terdapat berbagai macam tingkah laku yang mencerminkan adanya gejala



individu yang memiliki rasa percaya diri dan rasa tidak percaya diri.<sup>17</sup>

### **b. Ciri – Ciri Individu Yang Tidak Percaya Diri**

Menurut mastuti (2008:14-15) individu yang kurang percaya diri ada beberapa ciri-ciri seperti:<sup>18</sup>

- a) Menunjukkan sifat konformis, semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan kelompok
- b) Menimpa rasa takut dalam penolakan
- c) Sulit menerima realitas diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri
- d) Takut gagal sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil
- e) Selalu menempatkan atau memposisikan diri sebagai yang terakhir
- f) Mempunyai *external locus of control* (mudah menyerah pada nasib, sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan dan penerimaan serta bantuan orang lain)

---

<sup>17</sup> *Ibid.*

<sup>18</sup> *Ibid.*

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja yang selalu berusaha menunjukkan sikap konformis, takut menerima penolakan, sulit menerima realitas diri, takut gagal, selalu menempatkan posisi terakhir dan mempunyai eksternal locus of control, merupakan ciri-ciri remaja yang memiliki percaya diri yang rendah.

Pada dasarnya manusia adalah makhluk yang sempurna, dan manusia cenderung memiliki keinginan yang luar biasa kuat agar segala sesuatu yang diinginkan dapat terpenuhi maka pemikiran kekanak-kanakan akan timbul. Dan pada akhirnya selalu mengalami kesulitan dan selalu menyalahkan dirinya sendiri. Dari penjelasan diatas maka individu menimbulkan rasa tidak percaya diri dan menganggap dirinya paling rendah dan tidak berguna. Hal ini dinamakan dengan rasa tidak percaya diri.

#### **4. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri**

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri individu, tetapi terdapat proses di dalam pribadinya sehingga terbentuk rasa percaya diri, prosesnya tidak instan melainkan melalui proses Panjang yang

berlangsung sejak dini. Terbentuknya rasa percaya diri dapat dipengaruhi dari beberapa faktor sebagai berikut:<sup>19</sup>

a. Faktor Internal

1) Konsep diri

Perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulan dalam suatu kelompok. Hasil yang terjadi akan menghasilkan konsep diri yang baik.

2) Harga diri

Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Konsep diri yang positif akan menghasilkan harga diri yang positif pula. Tingkat harga diri individu akan mempengaruhi tingkat kepercayaan individu.

3) Kondisi fisik

Keadaan fisik seperti kegemukan, cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera merupakan kekurangan yang terlihat oleh orang lain. Timbul perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena individu akan merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Perubahan kondisi fisik berpengaruh pada kepercayaan diri.

4) Pengalaman hidup

---

<sup>19</sup> Nurul Rohmah, "Pengaruh Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Teknik Informatika UIN Maulana Ibrahim Malang". (Skripsi Program Studi Psikologi UIN Maulana Ibrahim, Malang, 2017), h. 28.

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri, sebaliknya pengalaman menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang.

b. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak tergantung pada individu lain, sedangkan individu yang tingkat Pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai. Individu akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri.

2) Pekerjaan

Pekerjaan dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Rasa percaya diri muncul dengan melakukan pekerjaan, kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

3) Lingkungan dan pengalaman hidup

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga, sekolah, temen sebaya dan masyarakat. Dukungan yang

baik dari lingkungan, saling interaksi dengan baik akan memberikan rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi.

Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang terjadi bukan hanya karena satu faktor, melainkan terdapat banyak faktor yang saling berkesinambungan yang berlangsung tidak dalam waktu singkat melainkan terbentuk sejak awal masa perkembangan manusia.

## **5. Proses Pembentukan Kepercayaan Diri**

Menurut hakim (2000) percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang terdapat proses di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Terbentuknya rasa percaya diri yang kuat pada seseorang terjadi melalui empat proses, yaitu:

- a. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- b. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya yang melahirkan keyakinan kuat untuk bisa membuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.

- c. Pemahaman dan reaksi-reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
- d. Pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Berdasarkan uraian diatas proses pembentukan kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkembang sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan, pengalaman kelebihan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya sehingga terjadilah pemebntukan kepercayaan diri yang kuat pula untuk menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

## **6. Perkembangan Rasa Percaya Diri**

### **a. Pola Asuh**

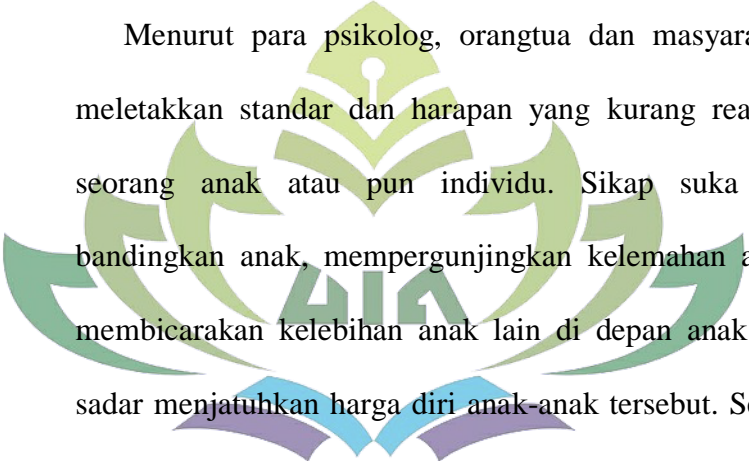
Para ahli berkeyakinan bahwa kepercayaan diri bukanlah diperoleh secara instant, melainkan melalui proses yang

berlangsung sejak usia dini, dalam kehidupan bersama orangtua. Meskipun banyak faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, namun faktor pola asuh dan interaksi di usia dini, merupakan faktor yang amat mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri. Sikap orangtua, akan diterima oleh anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. orangtua yang menunjukkan kasih, perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus dengan anak, akan membangkitkan rasa percaya diri pada anak tersebut. Anak akan merasa bahwa dirinya berharga dan bernilai di mata orangtuanya. Dan, meskipun ia melakukan kesalahan, dari sikap orangtua anak melihat bahwa dirinya tetaplah dihargai dan dikasihi. Anak dicintai dan dihargai bukan tergantung pada prestasi atau perbuatan baiknya, namun karena eksistensinya. Di kemudian hari anak tersebut akan tumbuh menjadi individu yang mampu menilai positif dirinya dan mempunyai harapan yang realistis terhadap diri - seperti orangtuanya meletakkan harapan realistis terhadap dirinya.

Lain halnya dengan orangtua yang kurang memberikan perhatian pada anak, atau suka mengkritik, sering memarahi anak namun kalau anak berbuat baik tidak pernah dipuji, tidak pernah puas dengan hasil yang dicapai oleh anak, atau pun seolah menunjukkan ketidakpercayaan mereka pada kemampuan dan kemandirian anak dengan sikap *overprotective* yang makin



meningkatkan ketergantungan. Tindakan overprotective orangtua, menghambat perkembangan kepercayaan diri pada anak karena anak tidak belajar mengatasi problem dan tantangannya sendiri - segala sesuatu disediakan dan dibantu orangtua. Anak akan merasa, bahwa dirinya buruk, lemah, tidak dicintai, tidak dibutuhkan, selalu gagal, tidak pernah menyenangkan dan membahagiakan orangtua. Anak akan merasa rendah diri di mata saudara kandungnya yang lain atau di hadapan teman-temannya.



Menurut para psikolog, orangtua dan masyarakat seringkali meletakkan standar dan harapan yang kurang realistis terhadap seorang anak atau pun individu. Sikap suka membandingkan anak, mempergunjingkan kelemahan anak, atau pun membicarakan kelebihan anak lain di depan anak sendiri, tanpa sadar menjatuhkan harga diri anak-anak tersebut. Selain itu, tanpa sadar masyarakat sering menciptakan trend yang dijadikan standar patokan sebuah prestasi atau pun penerimaan sosial.

Situasi ini pada akhirnya mendorong anak tumbuh menjadi individu yang tidak bisa menerima kenyataan dirinya, karena di masa lalu (bahkan hingga kini), setiap orang mengharapkan dirinya menjadi seseorang yang bukan dirinya sendiri. Dengan kata lain, memenuhi harapan sosial. Akhirnya, anak tumbuh menjadi individu yang punya pola pikir : bahwa untuk bisa diterima, dihargai, dicintai, dan diakui, harus menyenangkan orang lain dan

mengikuti keinginan mereka. Pada saat individu tersebut ditantang untuk menjadi diri sendiri - mereka tidak punya keberanian untuk melakukannya. Rasa percaya dirinya begitu lemah, sementara ketakutannya terlalu besar.

#### **b. Pola Pikir Negatif**

Dalam hidup bermasyarakat, setiap individu mengalami berbagai masalah, kejadian, bertemu orang-orang baru, dsb. Reaksi individu terhadap seseorang atau pun sebuah peristiwa, amat dipengaruhi oleh cara berpikirnya. Individu dengan rasa percaya diri yang lemah, cenderung mempersepsi segala sesuatu dari sisi negatif. Ia tidak menyadari bahwa dari dalam dirinya lah semua negativisme itu berasal. Pola pikir individu yang kurang percaya diri, bercirikan antara lain:

- 1) Menekankan keharusan-keharusan pada diri sendiri ("saya harus bisa begini...saya harus bisa begitu"). Ketika gagal, individu tersebut merasa seluruh hidup dan masa depannya hancur.
- 2) Cara berpikir totalitas dan dualisme : "kalau saya sampai gagal, berarti saya memang jelek"
- 3) Pesimistik yang futuristik : satu saja kegagalan kecil, individu tersebut sudah merasa tidak akan berhasil meraih cita-citanya di masa depan. Misalnya, mendapat nilai C pada salah satu

mata kuliah, langsung berpikir dirinya tidak akan lulus sarjana.

- 4) Tidak kritis dan selektif terhadap self-criticism : suka mengkritik diri sendiri dan percaya bahwa dirinya memang pantas dikritik.
- 5) Labeling : mudah menyalahkan diri sendiri dan memberikan sebutan-sebutan negatif, seperti "saya memang bodoh"... "saya ditakdirkan untuk jadi orang susah", dsb....
- 6) Sulit menerima pujian atau pun hal-hal positif dari orang lain : ketika orang memuji secara tulus, individu langsung merasa tidak enak dan menolak mentah-mentah pujiannya. Ketika diberi kesempatan dan kepercayaan untuk menerima tugas atau peran yang penting, individu tersebut langsung menolak dengan alasan tidak pantas dan tidak layak untuk menerimanya.
- 7) Suka mengecilkan arti keberhasilan diri sendiri : senang mengingat dan bahkan membesar-besarkan kesalahan yang dibuat, namun mengecilkan keberhasilan yang pernah diraih. Satu kesalahan kecil, membuat individu langsung merasa menjadi orang tidak berguna.

## **7. Memupuk Rasa Percaya Diri**

Untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional maka individu harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal ini sangat penting mengingat bahwa hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Beberapa saran berikut mungkin layak menjadi pertimbangan jika anda sedang mengalami krisis kepercayaan diri.<sup>20</sup>

a. Evaluasi diri secara obyektif

Belajar menilai diri secara obyektif dan jujur. Susunlah daftar "kekayaan" pribadi, seperti prestasi yang pernah diraih, sifat-sifat positif, potensi diri baik yang sudah diaktualisasikan maupun yang belum, keahlian yang dimiliki, serta kesempatan atau pun sarana yang mendukung kemajuan diri. Sadari semua asset-asset berharga Anda dan temukan asset yang belum dikembangkan. Pelajari kendala yang selama ini menghalangi perkembangan diri Anda, seperti : pola berpikir yang keliru, niat dan motivasi yang lemah, kurangnya disiplin diri, kurangnya ketekunan dan kesabaran, tergantung pada bantuan orang lain, atau pun sebab-sebab eksternal lain. Hasil analisa dan pemetaan terhadap SWOT (*Strengths, Weaknesses, Obstacles and Threats*) diri, kemudian digunakan untuk membuat dan menerapkan strategi pengembangan diri yang lebih realistik.

---

<sup>20</sup> Arief Hidayatulloh, "Memupuk Rasa Percaya Diri" (On-Line), tersedia di: [https://www.academia.edu/8714155/Memupuk\\_Rasa\\_Percaya\\_Diri](https://www.academia.edu/8714155/Memupuk_Rasa_Percaya_Diri) (16 Oktober 2002).

b. Beri penghargaan yang jujur terhadap diri

Sadari dan hargailah sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang anda miliki. Ingatlah bahwa semua itu didapat melalui proses belajar, berevolusi dan transformasi diri sejak dahulu hingga kini. Mengabaikan/meremehkan satu saja prestasi yang pernah diraih, berarti mengabaikan atau menghilangkan satu jejak yang membantu Anda menemukan jalan yang tepat menuju masa depan. Ketidakmampuan menghargai diri sendiri, mendorong munculnya keinginan yang tidak realistis dan berlebihan; contoh: ingin cepat kaya, ingin cantik, populer, mendapat jabatan penting dengan segala cara. Jika ditelaah lebih lanjut semua itu sebenarnya bersumber dari rasa rendah diri yang kronis, penolakan terhadap diri sendiri, ketidakmampuan menghargai diri sendiri - hingga berusaha mati-matian menutupi keaslian diri.

c. Positive thinking

Cobalah memerangi setiap asumsi, prasangka atau persepsi negatif yang muncul dalam benak Anda. Anda bisa katakan pada diri sendiri, bahwa *nobody's perfect* dan *its okay if I made a mistake*. Jangan biarkan pikiran negatif berlarut-larut karena tanpa sadar pikiran itu akan terus berakar, bercabang dan berdaun. Semakin besar dan menyebar, makin sulit dikendalikan dan dipotong. Jangan biarkan pikiran negatif

menguasai pikiran dan perasaan Anda. Hati-hatilah agar masa depan Anda tidak rusak karena keputusan keliru yang dihasilkan oleh pikiran keliru. Jika pikiran itu muncul, cobalah menuliskannya untuk kemudian di re-view kembali secara logis dan rasional. Pada umumnya, orang lebih bisa melihat bahwa pikiran itu ternyata tidak benar.

d. Gunakan self-affirmation

Untuk memerangi *negative thinking*, gunakan *self-affirmation* yaitu berupa kata-kata yang membangkitkan rasa percaya diri. Contohnya:

1) Saya pasti bisa !!

2) Saya adalah penentu dari hidup saya sendiri.  
Tidak ada orang yang boleh menentukan hidup saya !

3) Saya bisa belajar dari kesalahan ini. Kesalahan ini  
sungguh menjadi pelajaran yang sangat berharga  
karena membantu saya memahami tantangan

4) Sayalah yang memegang kendali hidup ini

5) Saya bangga pada diri sendiri

e. Berani mengambil risiko

Berdasarkan pemahaman diri yang obyektif, Anda bisa memprediksi resiko setiap tantangan yang dihadapi. Dengan demikian, Anda tidak perlu menghindari setiap resiko,

melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah atau pun mengatasi resikonya. Contohnya, Anda tidak perlu menyenangkan orang lain untuk menghindari resiko ditolak. Jika Anda ingin mengembangkan diri sendiri (bukan diri seperti yang diharapkan orang lain), pasti ada resiko dan tantangannya. Namun, lebih buruk berdiam diri dan tidak berbuat apa-apa daripada maju bertumbuh dengan mengambil resiko. Ingat: *No Risk, No Gain*.

f. Belajar mensyukuri dan menikmati rahmat Tuhan

Ada pepatah mengatakan yang mengatakan orang yang paling menderita hidupnya adalah orang yang tidak bisa bersyukur pada Tuhan atas apa yang telah diterimanya dalam hidup. Artinya, individu tersebut tidak pernah berusaha melihat segala sesuatu dari kaca mata positif. Bahkan kehidupan yang dijalannya selama ini pun tidak dilihat sebagai pemberian dari Tuhan. Akibatnya, ia tidak bisa bersyukur atas semua berkat, kekayaan, kelimpahan, prestasi, pekerjaan, kemampuan, keahlian, uang, keberhasilan, kegagalan, kesulitan serta berbagai pengalaman hidupnya. Ia adalah ibarat orang yang selalu melihat matahari tenggelam, tidak pernah melihat matahari terbit. Hidupnya dipenuhi dengan keluhan, rasa marah, iri hati dan dengki, kecemburuan, kekecewaan, kekesalan, kepahitan dan keputusasaan. Dengan "beban"



seperti itu, bagaimana individu itu bisa menikmati hidup dan melihat hal-hal baik yang terjadi dalam hidupnya? Tidak heran jika dirinya dihindangi rasa kurang percaya diri yang kronis, karena selalu membandingkan dirinya dengan orang-orang yang membuat "cemburu" hatinya. Oleh sebab itu, belajarlah bersyukur atas apapun yang Anda alami dan percayalah bahwa Tuhan pasti menginginkan yang terbaik untuk hidup Anda.

g. Menetapkan tujuan yang realistik

Anda perlu mengevaluasi tujuan-tujuan yang Anda tetapkan selama ini, dalam arti apakah tujuan tersebut sudah realistik atau tidak. Dengan menerapkan tujuan yang lebih realistik, maka akan memudahkan anda dalam mencapai tujuan tersebut. Dengan demikian anda akan menjadi lebih percaya diri dalam mengambil langkah, tindakan dan keputusan dalam mencapai masa depan, sambil mencegah terjadinya resiko yang tidak diinginkan.

Mungkin masih ada beberapa cara lain yang efektif untuk menumbuhkan rasa percaya diri. Jika anda dapat melakukan beberapa hal seperti yang disarankan di atas, niscaya anda akan terbebas dari krisis kepercayaan diri. Namun demikian satu hal perlu diingat baik-baik adalah jangan sampai anda mengalami *over confidence atau rasa percaya diri yang berlebihan/overdosis*. Rasa percaya diri yang overdosis bukanlah

menggambarkan kondisi kejiwaan yang sehat karena hal tersebut merupakan rasa percaya diri yang bersifat semu.

Rasa percaya diri yang berlebihan pada umumnya tidak bersumber dari potensi diri yang ada, namun lebih didasari oleh tekanan-tekanan yang mungkin datang dari orangtua dan masyarakat (sosial), hingga tanpa sadar melandasi motivasi individu untuk "harus" menjadi orang sukses. Selain itu, persepsi yang keliru pun dapat menimbulkan asumsi yang keliru tentang diri sendiri hingga rasa percaya diri yang begitu besar tidak dilandasi oleh kemampuan yang nyata. Hal ini pun bisa didapat dari lingkungan di mana individu di besarkan, dari teman-teman (*peer group*) atau dari dirinya sendiri (konsep diri yang tidak sehat). Contohnya, seorang anak yang sejak lahir ditanamkan oleh orangtua, bahwa dirinya adalah spesial, istimewa, pandai, pasti akan menjadi orang sukses, dsb - namun dalam perjalanan waktu anak itu sendiri tidak pernah punya *track record of success* yang riil dan *original* (atas dasar usahanya sendiri). Akibatnya, anak tersebut tumbuh menjadi seorang manipulator dan otoriter - memperlak, menguasai dan mengendalikan orang lain untuk mendapatkan apa yang dia inginkan. Rasa percaya diri pada individu seperti itu tidaklah didasarkan oleh *real competence*, tapi lebih pada faktor-faktor pendukung eksternal, seperti kekayaan, jabatan, koneksi, relasi,

*back up power* keluarga, nama besar orangtua, dsb. Jadi, jika semua atribut itu ditanggalkan, maka sang individu tersebut bukan siapa-siapa.<sup>21</sup>

## C. Remaja Kasus Pelecehan Seksual

### 1. Pengertian Remaja

Remaja atau masa Adolesen dipandang sebagai suatu masa dimana individu dalam proses pertumbuhannya terutama fisik telah mencapai kematangan. Periode ini menunjukkan suatu masa kehidupan, dimana sulit untuk memandang remaja sebagai kanak-kanak, tetapi juga sebagai orang dewasa. Periode ini merupakan periode transisi atau peralihan dari kehidupan masa kanak-kanak (*childhood*) ke masa dewasa (*adulthood*). Masa remaja ini merupakan suatu masa, dimana gelombang kehidupan sudah mencapai puncaknya. Para remaja memiliki kesempatan untuk mengalami hal-hal baru dan menemukan sumber-sumber dari kekuatan-kekuatan, bakat-bakat, serta kemampuan yang ada pada dirinya.

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari kanak-kanak menuju dewasa. Usia remaja dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu remaja awal sekitar usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun, dan remaja akhir sekitar usia 17/18 tahun sampai 21/22 tahun. Masa remaja paling banyak mengalami perubahan-perubahan yang meliputi

---

<sup>21</sup> Arief Hidayatulloh, "Memupuk Rasa Percaya Diri" (On-Line), tersedia di: [https://www.academia.edu/8714155/Memupuk\\_Rasa\\_Percaya\\_Diri](https://www.academia.edu/8714155/Memupuk_Rasa_Percaya_Diri) (16 Oktober 2002).

segala kehidupan manusia, baik dalam segi jasmani, rohani, pola pikir, perasaan, dan perilaku social.

Masa adolesen juga merupakan suatu masa dimana remaja dihadapkan pada tantangan-tantangan pembatas-pembatas dan kekangan-kekangan pada dirinya, maupun lingkungan. Tantangan-tantangan dari lingkungan berupa peraturan-peraturan, larangan-larangan, norma-norma kemasyarakatan yang harus dipatuhi. Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap hal-hal baru ini, remaja harus mempelajari dan mematuhi tantangan-tantangan di sekitar lingkungannya.

Masa remaja merupakan suatu masa, dimana individu berjuang untuk tumbuh dan menjadi sesuatu, menggali dan memahami arti dan makna dari segala sesuatu yang ada. Masa dimana individu remaja menemukan jati diri dengan tugas dan beban yang berat, sehingga sering mengalami kesulitan kesulitan dan banyak menimbulkan persoalan.

Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama, lazimnya masa remaja dianggap mulai pada saat anak secara seksual menjadi matang dan berakhir saat ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap, dan nilai-nilai.

## 2. Ciri-Ciri Masa Remaja

Ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya. Ciri-ciri tersebut sebagai berikut:<sup>22</sup>

- a. Masa remaja sebagai periode yang penting
- b. Masa remaja sebagai periode peralihan
- c. Masa remaja sebagai periode perubahan
- d. Masa remaja sebagai usia bermasalah
- e. Masa remaja sebagai masa mencari identitas
- f. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan
- g. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistic
- h. Masa remaja sebagai ambang masa dewasa.

## 3. Tugas-tugas Perkembangan Remaja

Adapun kesepuluh tugas-tugas perkembangan bagi para remaja yaitu:<sup>23</sup>

- a. Mencapai hubungan social yang lebih matang dengan teman-teman sebayanya.
- b. Dapat menjalani peranan-peranan social sesuai jenis kelamin masing-masing.

<sup>22</sup> Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga. Jakarta. 1980. h. 207.

<sup>23</sup> Oemar Hamalik. *Psikologi Remaja*. (Bandung: Mandar Maju, 1995). h. 14.

- c. Menerima realitas jasmaniahnya serta menggunakan seefektif-efektifnya dengan perasaan puas.
- d. Mencapai kepuasan emosional dari orang tua atau orang dewasa lainnya.
- e. Mencapai kebebasan ekonomi.
- f. Memilih dan mempersiapkan diri untuk pekerjaan atau jabatan.
- g. Mempersiapkan diri untuk melakukan perkawinan dan hidup berumah tangga.
- h. Mengembangkan kecakapan intelektual serta konsep-konsep yang diperlukan untuk kepentingan hidup bermasyarakat.
- i. Memperlihatkan tingkah laku yang secara social dapat dapat dipertanggung jawabkan.
- j. Memperoleh sejumlah norma-norma sebagai pedoman dalam tindakan-tindakannya dan sebagai pandangan hidupnya.

#### 4. Tujuan Perkembangan Remaja

Masa remaja merupakan gejala perkembangan dan juga gejala kultural. Tujuan perkembangan remaja ditentukan oleh dua hal yaitu, potensi-potensi perkembangan para remaja sendiri dan kultur dimana mereka hidup. Selain itu tujuan yang lain sebagai berikut:<sup>24</sup>

- a. Kematangan

---

<sup>24</sup> *Ibid.*

Pertumbuhan pada remaja adalah kematangan fisiknya, yakni kematangan seksual dalam arti bahwa remaja dapat mereproduksi. Perbedaan antar individu dilihat dari cepat atau lambatnya perkembangannya.

b. Kemajuan ke arah kematangan mental

Tujuan dari perkembangan remaja adalah mencapai pertumbuhan kapasitas mental yang penuh yang diukur dengan tes intelegensi. Aspek yang penting dalam pertumbuhan intelek pada masa ini adalah dengan bertambahnya kemampuan untuk mengeneralisasi dan berhubungan dengan hal-hal yang abstrak.

c. Kemajuan ke arah kematangan emosional

Kematangan emosional dihubungkan dengan kesempatan psikologis dan kematangan fisik.

d. Pertemuan *self*

Memandang remaja sebagai suatu periode sangat penting bagi orang muda untuk membina keyakinan tentang identitasnya. Self merupakan keseluruhan ide-ide dan sikap-sikap seseorang tentang apa dan siapa dia. Self meliputi pengalaman membentuk kesadaran individu tentang keberadaanya.

## 5. Masalah-Masalah dalam Kehidupan Para Remaja



Masalah-masalah yang hangat dalam kehidupan para remaja, antara lain:<sup>25</sup>

a. Keyakinan

Para remaja kebanyakan menganut suatu keyakinan yang dirumuskan dalam kepercayaan-kepercayaan yang tidak diutarakan.

b. Pencarian akan makna mengenai sesuatu

Para remaja ingin sekali mendapatkan kepastian tentang arti atau makna dari segala sesuatu. Pencarian akan makna ini sangat tidak menguntungkan bagi para remaja.

c. Pilihan

Para remaja yang sedang bersiap-siap untuk terjun kedalam kehidupan dihadapkan dengan keharusan untuk mengambil pilihan.

d. Tujuan-tujuan

Berkaitan dengan usaha untuk mencari makna dari segala sesuatu dan membuat pilihan-pilihan, para remaja menetapkan tujuan-tujuan yang akan dicapai.

## 6. Pelecehan Seksual Pada Remaja

### a. Prilaku Seksual Remaja

---

<sup>25</sup> *Ibid.*

Prilaku seksual adalah segala tingkah laku yang didorongkan oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenisnya maupun dengan sesama jenis. Bentuk-bentuk tingkah laku ini bisa bermacam-macam, mulai dari perasaan tertarik sampai tingkah laku berkencan, bercumbu, dan bersenggama. Objek seksualnya bisa berupa orang lain, orang dalam hayalan, atau diri sendiri.

Pelecehan seksual merupakan salah satu bentuk kejahatan seksual yang dilakukan oleh remaja. Pelecehan seksual merupakan segala macam bentuk prilaku yang berkonotasi atau mengarah kepada hal-hal seksual yang dilakukan secara sepihah dan tidak diharapkan oleh orang yang menjadi sasaran, sehingga menimbulkan reaksi negative, seperti malu, marah, benci, tersinggung dan sebagainya (UNESCO 2012). Pelecehan seksual dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori, (1) visual, seperti tatapan penuh nafsu, tatapan mengancam, gerak gerik yang bersifat seksual, (2) verbal seperti, siulan, gossip, gurawan seks, pernyataan yang bersifat mengancam, dan (3) fisik seperti, sentuhan, mencubit, menepuk, menyenggol dengan sengaja, meremas, mendekatkan diri tanpa diinginkan.

Dorongan seksual yang muncul akan membentuk perilaku-perilaku. Perilaku seksual muncul dikontrol dengan nilai-nilai yang dimiliki oleh remaja. Nilai-nilai diperoleh melalui informasi dan lingkungan, baik sekolah, teman, keluarga, dan masyarakat

(Kusmiran,2012). Remaja yang tidak mempunyai pengetahuan tentang perilaku seksual akan menjadi salah satu penyebab pelecehan seksual (Vuadi,2011). Green Beerg menjelaskan remaja mendapatkan informasi mengenai seks 21% diperoleh dari rumah, 15% dari sekolah, 28% dari media, seperti internet, majalah, dan film dan 40% dari teman sebaya (dalam Cahyo, Kurniawan dan Margawati, 2008).

Perilaku menyimpang dari kebiasaan atau melanggar hukum yang dilakukan remaja seperti kenakalaan remaja. Empat jenis kenakalan remaja yaitu:

- a. Kenakalan remaja yang menimbulkan korban fisik pada orang lain, perkelahian, perkosaan, perampokan, pembunuhan, dan lain-lain.
- b. Kenakalan yang menimbulkan korban materi: perusakan. Pencurian, pencopetan, pemerasan, dan lain-lain.
- c. Kenakalan sosial yang tidak menimbulkan korban dipihak orang lain: pelacuran, penyalahgunaan obat.
- d. Kenakalan yang melawan status, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos, mengingkari status orang tua dengan cara minggat dari rumah atau membantah perintah mereka, dan sebagainya.

#### **b. Faktor-Faktor timbulnya perilaku seksual pada remaja**

Faktor-faktor yang mempengaruhi seksualitas pada remaja timbul karena, yaitu:<sup>26</sup>

- 1) Perubahan-perubahan hormonal yang meningkatkan hasrat seksual (libidoseksualitas) remaja. Peningkatan hasrat seksual ini membutuhkan penyaluran dalam bentuk tingkah laku seksual tertentu.
- 2) Penyaluran itu tidak dapat segera dilakukan karena adanya penundaan usia perkawinan, baik secara hukum karna danya Undang-Undang tentang perkawinan yang menetapkan batas usia menikah (16 tahu untuk wanita, 19 untuk laki-laki), maupun karna norma social yang makin lama makin menuntut persyaratan yang makin tinggi untuk perkawinan (Pendidikan, pekerjaan, persiapan mental, dll).
- 3) Sementara usia kawin ditunda, norma-norma agama tetap berlaku dimana seseorang dilarang untuk melakukan hubungan seks sebelum menikah.. bahkan, larangannya berkembang lebih jauh kepada tingkah laku lainnya seperti berciuman dan masturbasi. Untuk remaja yang tidak dapat menahan diri akan terdapat kecendrungan untuk melanggar larangan-larangan tersebut.
- 4) Kecendrungan larangan makin meningkat oleh karna adanya penyebaran informasi rangsangan seksual melalui

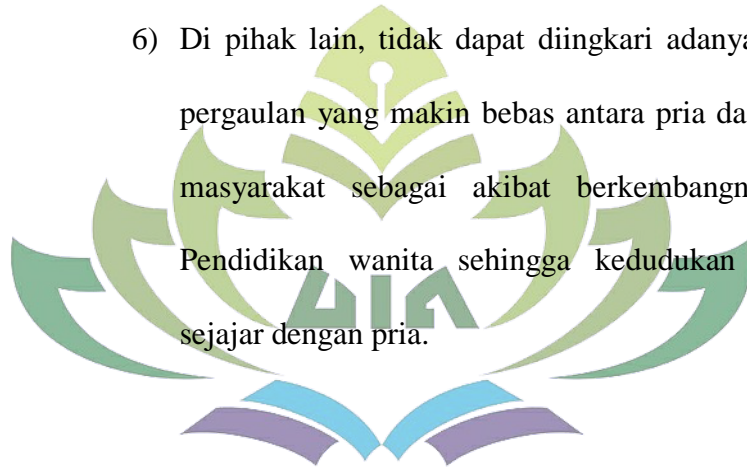
---

<sup>26</sup> Sarlito Sarwono. *Psikologi Remaja*. (Jakarta: Raja Grafindo, 2013), h. 187.

media masa dengan adanya teknologi canggih (video, cassette, fotocopy, satelit, vcd, hp, telpon genggam, internet, dll).

5) Orang tua sendiri, baik karena ketidaktahuannya maupun karena sikapnya yang masih mentabukan pembicaraan mengenai seks dengan anak tidak terbuka terhadap anak, malah cenderung membuat jarak dengan anak dalam masalah yang satu ini.

6) Di pihak lain, tidak dapat diingkari adanya kecenderungan pergaulan yang makin bebas antara pria dan wanita dalam masyarakat sebagai akibat berkembangnya peran dan Pendidikan wanita sehingga kedudukan wanita makin sejajar dengan pria.



## DAFTAR PUSTAKA

Achmad Juntika Nurihsan, *Bimbingan & Konseling*. Bandung: Refika Aditama, 2010.

Arief Hidayatulloh, "Memupuk Rasa Percaya Diri" (On-Line), tersedia di: [https://www.academia.edu/8714155/Memupuk\\_Rasa\\_Percaya\\_Diri](https://www.academia.edu/8714155/Memupuk_Rasa_Percaya_Diri) (16 Oktober 2002).

Dewa Ketut Sukardi. *Pengantar Pelaksanaan Program Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta, 2000.

Drajat zakiah. *Kesehatan Mental*. Jakarta. Cv. Haji masagung, 1995.

- Elizabeth B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga. Jakarta. 1980.
- Erlina Permata Sari, “*pengembangan Model Layanan Bimbingan Kelompok dengan Teknik Sosiodram untuk Meningkatkan Sikap Proposional*” edisi 2, oktober 2013.
- Fenti Hikmawati. *Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: RajaGrafindo Persada, 2016
- Ghufron, Nur, dan Risnawata, Rini. *Teori-teori Psikologi*. Psikologi:ar-ruzz Media, 2001.
- Irawan Soehartono, *Metode Penelitian Sosial, Suatu Teknik Penelitian Bidang Kesejahteraan Sosial dan Ilmu Sosial Lainnya*. Cet. Ke-7, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2008.
- Katini Kartono, *Pengantar Metodologi Riset Sosial*, Bandung: Mandar Maju, 1996.
- Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Nadidah Twuwindayaningrum, *Bimbingan Kelompok dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa di SMA Piri 1 Yogyakarta*. (Skripsi Program Studi Bimbingan Konseling Islam Universitas Negeri Islam Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2016).
- Nasution, *Metode Penelitian Naturalistic*, Bandung: Tersito, 2003.
- Noeng Muhadjir, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Yogyakarta: Penerbit Reka Sarasin, 2002.
- Nurul Rohmah, “Pengaruh Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Teknik Informatika UIN Maulana Ibrahim Malang”. (Skripsi Program Studi Psikologi UIN Maulana Ibrahim, Malang, 2017).
- Oemar Hamalik. *Psikologi Remaja*. Bandung: Mandar Maju, 1995.
- ohn W. Creswell, *Research Design Kualitatif, Kualitatif, and Mixed Methods Approach*, diterjemahkan oleh Ahmad Fawid, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010.
- Prayitno dan Amti. *Dasar-dasar Bimbingan Konseling*. Jakarta. Reneka Cipta, 2013
- Sarlito Sarwono. *Psikologi Remaja*. Jakarta: Raja Grafindo, 2013.

Sofyan Willis. *Konseling Individual Teori dan Praktek*. Bandung. Alfabeta, 2014

Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*, Bandung: ALFABETA, 2014.

Sutrisno Hadi, *Metodologi Research II*, Yogyakarta: Badan Penerbit Fakultas Psikologi UGM, 1983.

Sutrisno Hadi, *metodologi research, jilid I*, Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM, 1984..

Tim Penyusun, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta. Balai Pustaka. 1995.

Tim Penyusun. *Kamus Besar Bahasa Inonesia*. Jakarta. Balai Pustaka. 2005.

